

認識帶狀皰疹

一、什麼是帶狀皰疹？

帶狀皰疹即是俗稱的「皮蛇」，為水痘-帶狀皰疹病毒感染所造成，只要患者曾經得過水痘，病毒就潛藏在身上的背根神經節內，一旦免疫功能不佳、抵抗力下降時，病毒就會開始在體內活化，引起帶狀皰疹。帶狀皰疹主要侵犯身體某一部位神經節及其所支配的皮膚，以沿著神經節分布的方式造成皮膚起紅疹水疱、潰爛及神經疼痛，只要接受適當治療，多數病人皮膚病灶會在一個月內痊癒。

衛生福利部於2004年1月起開始，常規提供2003年以後出生，滿12個月以上幼兒施打水痘疫苗。在 2004 年之前出生的，有很高的機率（超過 90%）得過水痘，許多人都可能已有水痘-帶狀皰疹病毒潛伏在身體的神經節中。換句話說，多數的台灣成人都是可能發作帶狀皰疹的。

二、哪些人容易發病？

1. 任何年齡均可能發生，尤其多發生在年齡50歲以上者。
2. 免疫力低下者，如：罹患癌症、接受化學治療或放射線治療、骨髓或器官移植、自體免疫疾病、接受免疫抑制或長期使用類固醇藥物者、有精神壓力狀況、重大外傷等。

三、常見的症狀有哪些？

1. 皮膚方面：以胸椎到腰椎為最常發生部位，也可能發生在臉上、頭頸部、手臂上、軀幹及腿上，多為單側發生，受侵犯的神經節及其支配的皮膚會出現整片狀紅疹及水疱，大部份會痛或癢，再轉變為膿狀疹，7至10天內結痂，痂皮於2至3週內脫落。
2. 長在眼睛附近的帶狀皰疹會擔心影響到三叉神經的眼部分支（CNV1），有可能發生眼睛的併發症，例如充血性結膜炎、角膜炎，最嚴重可能導致急性視網膜壞死。
3. 如果為耳殼與外耳道的水泡，耳朵疼痛、要擔心傷害到第八對腦神經麻痺影響表情，也可能影響耳朵的聽覺和平衡覺。
4. 皰疹神經痛：通常在水皰出現前4-5天或紅疹出現後數天，會有燒灼般的疼痛、搔癢或感覺異常，直到皮膚水皰癒合消退後仍可能持續數月甚至數年之久。

四、治療有哪些？

1. 抗病毒藥物：
在帶狀皰疹發作的前 72 小時如果投予口服抗病毒藥物 將可以縮短病程、降低疼痛並有效抑制病毒的繁殖，但是無法有效降低神經痛併發症的機率。
2. 止癢藥物。
3. 止痛藥物。
4. 消炎藥物。
5. 低能量雷射治療:可緩解神經痛及加速傷口癒合。

五、自我照顧注意事項：

1. 有水皰產生時，盡量不要把水皰弄破，需要保持患部清潔，以防細菌感染。
 - i. 有水皰時：可用生理食鹽水濕敷或依醫囑塗抹藥膏。
 - ii. 水皰破時：可按醫囑塗抹藥膏並覆蓋紗布，將傷口內分泌物吸出。
2. 依醫囑服藥及塗藥，緩解搔癢或疼痛感，切忌聽信偏方；勿塗抹不明藥膏(如：萬金油、草藥膏等)，以避免帶狀疱疹惡化或細菌感染。
3. 皮膚照護：勿用手抓癢，應修剪指甲，預防抓破皮膚。
4. 飲食：無特殊禁忌，採均衡飲食並多攝取高蛋白質食物，例如：魚、肉、蛋、奶類，以促進傷口癒合。
5. 穿著：採用寬鬆棉質衣物，減少患處水疱磨擦破裂，預防細菌侵入傷口；必要時也可以用無菌紗布覆蓋保護患處。
6. 維持正常作息，不熬夜、維持充足睡眠、避免情緒壓力累積。
7. 預防接觸傳染：帶狀疱疹傷口未結痂之前，水疱內的水痘病毒仍具活性，對沒有得過水痘或未施打水痘疫苗的人具傳染性，家屬或訪客或醫療人員應避免與病人有直接身體接觸。

六、帶狀皰疹可以預防嗎？

帶狀疱疹可以預防嗎？目前衛生福利部核准的帶狀疱疹疫苗有兩種，一種為活性帶狀疱疹疫苗 (zoster virus vaccine live, Zostavax®)，另一種為非活性重組疫苗 (recombinant zoster vaccine, Shingrix®)。Zostavax適用於50-80歲成人，但免疫力低弱的病人不建議施打；Shingrix適用於50歲以上成人以及18-50歲罹患帶狀疱疹風險較高的成人，台灣皮膚科醫學會優先建議施打Shingrix。發生過帶狀疱疹者，短期內再次發作的機率低，但長期來說仍具有復發的風險，故可考慮施打帶狀疱疹疫苗。根據目前文獻資料，無法明確建議帶狀疱疹發作後應等待多久才施打帶狀疱疹疫苗，但不建議在帶狀疱疹急性期(發作後兩個月內)施打疫苗。