

# 帶狀皰疹是怎麼得到的？會傳染嗎？

## 當醫生診斷家人得了皮蛇(帶狀皰疹)

**Q：請問什麼是皮蛇？每個人都會得嗎？**

A：俗稱的「皮蛇」、「生蛇」、「飛蛇」或「纏身蛇」其實就是帶狀皰疹，它是因為小時候曾經得過「水痘」，痊癒後水痘病毒會潛伏在體內神經節處，當免疫力、抵抗力下降時，病毒再度活化，此時病毒會沿著神經節所支配的神經擴散至皮膚表面，產生軀幹單側侷限性疼痛的紅疹與水皰；因此只要得過水痘的人，體內病毒都有可能再復發導致帶狀皰疹。

**Q：帶狀皰疹是怎麼得到的？會傳染嗎？**

A：因為病人過往曾經得過水痘，痊癒後病毒會潛伏在體內背根神經節處，大多在中老年人或免疫力差時，病毒再度活化發作形成帶狀皰疹。

帶狀皰疹會透過飛沫、體液等途徑傳染，通常在發病前 2 到 3 天，一直到傷口結痂前的傳染力最高。沒有得過水痘的人，若接觸到帶狀皰疹患者的飛沫、水泡或傷口等處的體液，就有可能被傳染而得到水痘。

**Q：會有那些症狀呢？症狀會持續多久？皮蛇繞身體一圈會死掉嗎？**

A：本病主要侵犯神經節及其所支配的皮膚(神經皮節 dermatome)，症狀是身體或臉部單側疼痛的紅疹與水皰，合併患處灼燒、痠麻或刺痛感，常見於軀幹處，其次為臉部，一般只要好好吃藥照顧，沒有發生細菌感染等併發症，大多可以在一、兩週之內痊癒；偶有患者發炎反應較劇烈，造成皮膚潰爛壞死，則癒合時間較久。

坊間有傳言「皮蛇繞身體一圈會死」讓人心生恐懼，其實是因為過去沒有藥物和疫苗，如果病患免疫力太差，可能導致帶狀皰疹擴散（非侷限在身體單側，已長到全身不同區塊），再併發腦炎、肺炎致死。但時至現代，臨床上有抗病毒藥可使用，致死機會是非常低的喔~

### **Q：得到帶狀皰疹會不會有甚麼嚴重的併發症或後遺症？**

**A：**帶狀皰疹病程常演進迅速，若於初期未就醫，再加上身體狀況太差，則症狀易在二週內加重，此時皮膚水泡增多併膿皰產生、患處神經灼燒疼痛感增強，病人可能還有些輕微發燒、倦怠感。若傷口被細菌感染，則會導致續發的蜂窩性組織炎，需要使用抗生素治療。此外若帶狀皰疹長在眼睛附近，則要小心侵犯眼部導致結膜炎、角膜潰瘍等問題；極少數免疫低下患者需當心併發可能致死的肺炎或腦炎。

而最常見的後遺症就是「帶狀皰疹後神經痛」，即病人在帶狀皰疹痊癒之後卻持續感到患部不適，通常六十歲以上的帶狀皰疹病患有一半會有此後遺症，七十歲以上的患者更高達 75%。帶狀皰疹後神經痛的發生原因，主要是發病時神經纖維受到皰疹病毒的侵犯，產生不正常的神經衝動並以疼痛表現，此種疼痛的型式十分多樣化，可以如刀割或針刺般痛，又或者像火燒一樣灼熱，也可以像從深處痛出來，甚至也可能發展成所謂痛過敏的現象，也就是說皮膚上任何輕微的刺激都可能使病人感覺到劇痛。另外有些病患則會發展成癢麻的感覺，而若病毒侵犯到運動神經，則會造成該部份的肌肉無力、麻痺等情形。

### **Q：請問有藥物可以治療嗎？會有甚麼副作用？**

**A：**帶狀皰疹的治療包含抗病毒藥物和疼痛控制，早期給予抗病毒藥物，特別是在皮膚病灶出現之前，可以縮短病程、加速皮膚病灶癒合並減少併發症；藥物副作用不多，偶有噁心嘔吐、頭暈或輕微影響腎功能的情形。而局部神經痛則可以視嚴重程度給予止痛藥、抗癲癇藥物或三環抗憂鬱劑來控制。另外一定要小心照顧皮膚病灶，避免弄破水皰也不要擅自塗抹成藥，應在醫師指導之下，局部使用適當藥物，等水皰乾燥結痂脫落即可。

### **Q：得了帶狀皰疹有甚麼東西不能吃？生活習慣需要如何調整？**

**A：**目前無足夠證據證明特定的飲食能影響帶狀皰疹的病況，臨床上大部醫師也很少做飲食建議，通常是請患者多休息喝水，避免刺激性飲食而已。但因為帶狀皰疹多半是在免疫力降低時發作，一般常聽到患者表示那陣子很忙很累又沒睡好，另外吸菸或喝酒也都會降低免疫力，所以理論上少抽菸飲酒，再加上充足睡眠及壓力調適，應該對復原有幫助。

**Q：有方法可以預防得到帶狀皰疹嗎？**

A：帶狀皰疹隨著年紀增長，容易在免疫力下降的時候發作，因此建議平日作息正常、規律運動、營養攝取充足以避免得到帶狀皰疹。另外 60 歲以上民眾經醫師評估施打帶狀皰疹疫苗，可降低此疾病發生機率，並減少皰疹後神經痛以及相關併發症。

## 我考慮施打帶狀皰疹疫苗，但我知道...

**Q：哪些人適合打帶狀皰疹疫苗？**

A：傳統帶狀皰疹疫苗(Zostavax®)是活性減毒疫苗，其強度較水痘疫苗高出 14 倍以上，可提升細胞免疫力高於病毒再活化的閾值，降低發病風險以及減少皰疹後神經痛的機率。建議接種對象為 50~79 歲健康或慢性病控制得宜，無相關禁忌症(\*注)的老年人(含曾經發病者)，只需接種一劑。

\*注: 相關禁忌症為原發性或後天性的免疫不全狀態、接受免疫抑制治療(包括高劑量的皮質類固醇)、未經治療的活動性結核、懷孕或曾對此疫苗的任何成分產生過敏反應者。

**Q：有哪幾支疫苗可以選擇？費用大概多少？**

A：目前亞東醫院提供的是默克(Merck)公司做的伏帶疹(Zostavax®)，只需皮下接種一劑，單劑自費價為 4800 元。

另外台灣於 2021 年核准進口葛蘭素史克(GSK)藥廠生產的最新帶狀皰疹疫苗欣剋疹(Shingrix®)，其為非活性添加佐劑之基因重組疫苗，理論上對免疫力不佳者較為安全，肌肉注射兩劑後保護力可達 9 成，但副作用較傳統疫苗為多。本院目前未提供欣剋疹(Shingrix®)。

**Q：疫苗效果可以持續多久？會不會有甚麼副作用？**

A：施打伏帶疹(Zostavax®)疫苗後針對預防帶狀皰疹有 7 成保護力，但無法治療正在發作中的帶狀皰疹。就算真的還是發病，皮膚水泡及神經痛等症狀也會比較輕微。一劑效力推估約可維持 10 年，保護力會隨時間而減弱。一般副作用以注射部位疼痛為主，年紀越輕疼痛的現象越明顯；另有小部分民眾可能出現頭痛或輕度發燒，但多半能於 1-2 天內恢復。

**Q：我現在有在吃 xx 藥/做 oo 治療，會不會跟疫苗有衝突？**

**A：針對伏帶疹(Zostavax®)疫苗，因其為活性減毒疫苗，故民眾若目前處於免疫不全狀態或有使用影響免疫力的藥物、癌症接受化療及放療...等，皆不建議接種。另外也不建議和 23 價肺炎鏈球菌疫苗同時接種(需間隔 4 週以上)，但可以和流感疫苗同時施打。**

<b>歡迎使用手機掃瞄QR Code查詢更多資訊/觀看影片 關於帶狀疱疹，可以來這裡看看喔~</b>	
<b>國語版</b> 	<b>台語版</b> 

參考資料：

- 一、 UpToDate
- 二、 Epidemiology and pathogenesis of varicella-zoster virus infection: Herpes zoster
- 三、 Clinical manifestations of varicella-zoster virus infection: Herpes zoster
- 四、 Vaccination for the prevention of shingles (herpes zoster)
- 五、 伏帶疹®活性帶狀疱疹疫苗仿單
- 六、 欣剋疹®帶狀疱疹疫苗仿單
- 七、 衛生福利部疾病管制署:帶狀疱疹疫苗
- 八、 藥學雜誌電子報第142期:帶狀疱疹疫苗二三事
- 九、 台灣家庭醫學醫學會-家醫衛教YOUTUBE影片

編印單位：整合醫療內科  
編印日期：111 年 11 月 10 日第一版  
全院編碼：亞東醫院出版品

**宗 旨：持續提升醫療品質  
善盡社會醫療責任  
願 景：成為民眾首選的醫學中心**