

高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科 別	皮膚科	編號：7A10032
主 題	認識帶狀疱疹	2002.02.18 訂定
製作單位	71 病房	2023.08.02 七修

一、什麼是帶狀疱疹？

帶狀疱疹俗稱「皮蛇」，又稱「水痘」病毒，只要您曾經得過水痘，病毒就潛藏在您身上，一旦免疫功能不佳、抵抗力下降時，潛伏於神經節中的水痘帶狀疱疹病毒就會被活化，引起帶狀疱疹。帶狀疱疹主要侵犯身體某一部位神經節及其所支配的皮膚，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。

二、哪些人容易發病？

- (一) 任何年齡均可能發生，尤其多發生在年齡50歲以上者。
- (二) 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？

- (一) 皮膚方面：以胸腹部為最常發生部位，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。
- (二) 疱疹神經痛：通常在水疱出現前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，直到皮膚水疱癒合消退後仍可能持續數月甚至數年之久。
- (三) 易侵犯三叉神經，導致角膜、Ramsay Hunt症狀如：同側面癱、耳痛以及耳道和耳廓水泡等症狀，嚴重可能失明或產生其他神經症狀等，建議至眼科、耳鼻喉科門診追蹤。



圖一. 臉部疱疹

四、治療有哪些？醫師依您病況安排治療如下

- (一) 抗病毒藥物：可縮短病程、緩解疼痛，住院期間若施打抗病毒藥物一般為(Zovirax)，因此藥物由腎臟代謝，副作用可能影響腎功能會依據病人是否有限水及疾病個別性提醒適當攝取補充水分。
- (二) 止癢藥物。
- (三) 止痛藥物。
- (四) 消炎藥物。
- (五) 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：

- (一) 藥物：依醫囑服藥及塗藥，緩解神經性疼痛或搔癢，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。
- (二) 皮膚照護：宜修剪指甲，預防抓破皮膚及水疱，讓水疱自行乾燥結痂脫落，如有皮膚破損依醫師開立的抗生素藥膏擦拭，並使用無菌紗布覆蓋。
- (三) 飲食：無特殊禁忌，採均衡飲食並多攝取高蛋白質、維生素B12食物，例如：魚、肉、蛋、奶類，以促進傷口癒合。
- (四) 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；必要時可用無菌紗布覆蓋保護患處。
- (五) 作息：維持正常，不熬夜、維持充足睡眠、避免情緒壓力累積。
- (六) 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。
- (七) 出院後需定期返回門診追蹤。

六、帶狀疱疹可以預防嗎？

- (一) 施打帶狀疱疹疫苗可降低得病的風險，即使發作，也能降低疾病的嚴重度，以及發生帶狀疱疹後神經痛的機率，可於皮膚痊癒一個月後施打。
- (二) 帶狀疱疹疫苗目前健保未給付，若有需要可至皮膚科門診看診，依需要自費施打。

參考資料:

行政院衛生署疾病管制局(2019年1月)·傳染病防治工作手冊。

<https://www.cdc.gov.tw/File/Get/M1rHyAVRgUJfiuXUjnmcw>

Albrecht,M.A.(2020).Treatment of herpes zoster in the immunocompetent host. *UpToDate*.

Retrieved Mar 11,2023.

https://www.uptodate.com/contents/treatment-of-herpes-zoster-in-the-immunocompetent-host?search=herpes%20zoster&source=search_result&selectedTitle=1~150&usage_type=default&display_rank=1

Wang,J.Y., Wu,Y.H., Liu, S.J., Lin,Y.S., Lu,P.H.(2018). Vitamin B12 for herpetic neuralgia: A meta-analysis of randomised controlled trials. *Complementary Therapies in Medicine*. (41) 277-282. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.10.014>

圖一 「臉部疱疹」高雄榮民總醫院 71 病房蕭宜琴(2023)拍攝授權使用。

備註：每年審閱一次

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！