

認識水痘

一、水痘是什麼？

水痘是一種具有高度傳染力的疾病；感染過水痘後，通常不會再受感染，然而水痘病毒會以潛伏的狀態，在體內的神經組織裡，若復發會有疼痛感覺，但少有全身症狀。

水痘帶狀疱疹病毒



二、水痘的容易發生在什麼時期？

主要流行季節在冬季及早春；感染者主要是兒童，好發年齡層原以 3~9 歲的孩子佔多數，近年逐漸後移至 9~15 歲，年齡越大症狀越嚴重。

三、水痘有哪些特徵及症狀？

- 1.前驅期：輕微發燒（ $37.5\sim 39^{\circ}\text{C}$ ）、食慾不振、頭痛及肌肉或關節疼痛等現象。
- 2.出疹期：
 - (1)約 5~20 天，分布多集中於軀幹（呈典型向心性分布），隨後病變蔓延至面部、肩部，最後是四肢。
 - (2)發疹順序依次為紅斑→隆起狀的紅丘疹→邊緣有紅暈的水疱→膿疱而後結痂之變化，同一時間內可在同一部位看到各階段變化的疹子，且大小不一。
 - (3)末期則皮疹全部變成痂（通常約 2~4 週痊癒），皮疹結痂乾燥後即無傳染性。



水痘皮疹分佈



四、水痘會傳染嗎？

水痘主要是經由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，此外，也可透過被水疱液和黏膜分泌物所污染的器物間接傳染。

水痘的潛伏期 2~3 週，通常為 13~17 天，出疹前 5 天（通常為前 1~2 天）到所有病灶皆結痂為止均有傳染力（痂皮則不具傳染性）；未感染過的人或免疫低下者皆有感受性，二次感染的機率則很小。

五、水痘會有併發症？

常見的併發症有因搔癢造成水痘破裂，引起的續發性皮膚感染，如：蜂窩性組織炎、敗血症、中毒性休克症候群、肺炎等，少數則會併發嚴重的腦炎、雷氏綜合症候群；致死原因在孩童以敗血症和腦炎最常見。

認識水痘

六、水痘多久會好？

病人通常約 2~4 星期內痊癒。曾接種水痘疫苗者仍可能感染水痘（稱「突破感染」）。其症狀通常較為輕微或較不典型，水疱數目亦較少，紅疹通常以斑丘疹為主而非水疱，病程通常比未有接種疫苗者較短。

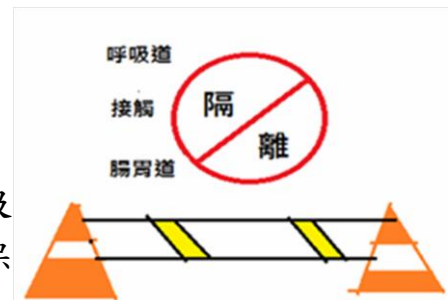
六如何預防水痘？

1. 接種後約有 95% 的人可產生抗體，可維持至少 7 年以上。
2. 維持良好的個人及環境衛生。
3. 保持室內空氣流通，避免長期處於密閉空間內。
4. 保持雙手清潔，並用正確的方法洗手。
5. 應遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節。



七、如何照顧水痘的孩子

1. 在醫院中需採嚴密隔離至水痘完全結痂，採：呼吸道、接觸、腸胃道等隔離，勿隨意離開病房，以保護其他孩子。
2. 醫師評估後予口服或靜脈注射抗病毒用藥（Acyclovir）治療，五天後可解除隔離限制。
3. 感染水痘的孩子不可服用水楊酸類藥，以免增加併發症的機會；如：阿斯匹靈。
4. 注意體溫變化，發燒時依醫師指示使用退燒藥。
5. 若感到搔癢時，可用毛巾沾冷水輕拍皮膚或冷水淋浴以止癢，避免抓癢動作，或可協助戴上乾淨棉手套防止弄破水疱。
6. 宜保持皮膚的清潔，沐浴時採用中性、溫和的肥皂或沐浴劑，宜用毛巾輕輕擦拭以免弄破水疱。
7. 選擇柔軟、寬鬆、透氣吸汗的衣服，以免壓迫傷口引起感染及不適。
8. 水痘變乾結痂後則不具傳染性，待其自然脫落，勿強行將痂皮剝落以防留下疤痕。



參考資料

林芳怡、謝玉惠（2019）。傳染性疾患患童的護理。於穆珮芬總校閱，*兒科護理學*（初版，262-264 頁）。新文京。

詹玉成、吳美鳳（2018）。疫苗接種，緩解水痘與帶狀疱疹症狀。彰基院訊，35(10)，22-23。

衛生福利部衛生管制署（2020）。傳染病介紹-水痘併發症。<https://www.cdc.gov.tw/Disease/SubIndex/ipoIA74yjikLAewcRSjXjw>

衛生防護中心-水痘 <https://www.chp.gov.hk>，content