



## 認識水痘

### 一、什麼是水痘？

水痘是一種急性出疹性傳染性疾病，由水痘帶狀疱疹病毒所引起。

### 二、水痘的傳染途徑為何？

潛伏期大約為14~16天，主要是經由空氣中飛沫傳染及接觸皰漿亦可傳染，經由眼結膜和上呼吸道黏膜侵入人體而感染。

### 三、水痘的臨床症狀為何？

初期有發燒、咳嗽、肌肉或關節痠痛等全身不適的感覺，漸漸由頭皮、臉至軀幹、四肢開始出現紅斑→丘疹→水→膿→結痂→脫落。其中常合併喉嚨疼痛、眼睛不適、畏光等症狀。

### 四、水痘的流行為何？

好發於5~10歲以下的孩子，症狀較輕，年齡愈大時感染則症狀嚴重。水痘多流行於春、冬二季，曾經感染過的病人，復發將會以帶狀疱疹病症(俗稱飛蛇)出現，目前已有疫苗可注射。

### 五、水痘的併發症？

水痘的併發症較少，極少數病人可能有皮膚續發性感染、中耳炎、支氣管炎、腦炎等症狀。致死率相當低，致死原因成人以原發性肺炎，小孩以敗血症及腦炎最常見。

### 六、如何照顧自己？

(一)多休息，若有發燒則多喝開水，以維持正常體溫。

(二)在醫院中需採絕對隔離，最好不要離開隔離房間，若不得已外出檢查，應戴口罩避免造成傳染。

(三)宜剪短指甲並保持皮膚之清潔，以防引起續發性感染。

(四)沐浴時使用沐浴乳或中性肥皂，宜用毛巾輕輕擦拭，以免弄破水痘。

(五)應選擇柔軟、寬鬆吸汗的衣服，避免摩擦皮膚。

(六)若有搔癢感，可用手掌沾冷水、冷霜輕拍皮膚，或淋冷水浴以止癢；另外亦可經醫師處方使用口服抗過敏的藥物以改善症狀。

(七)如感喉嚨疼痛則應多喝開水，可用漱口水漱口，保持口腔清潔。

(八)一旦水痘結痂後，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。

(九)若在家中休養，請勿出入公共場所，以免傳染給他人。

### 參考資料

行政院衛生署疾病管制局(2011)·疾病介紹-水

痘·[http://www.cdc.gov.tw/sp.aspxdurl=disease/disease\\_content.asp&id=1664&mp=1&ctnode=1498](http://www.cdc.gov.tw/sp.aspxdurl=disease/disease_content.asp&id=1664&mp=1&ctnode=1498)

陳正蟄(2004)·小兒水痘·中醫兒科醫學雜誌，6(1)，63-66。