

水痘衛教參考資料

水痘病因：由**濾過性病毒** Herpesvirus Varicella 所引起的；它可以造成**水痘**，也可以造成**帶狀皰疹**，得水痘後病患會有很好的免疫力，很少會有長第二次水痘的病例。而感染水痘復原後，病毒會留在患者的背根神經節細胞進入不活動期，約有 10~20% 的患者會因病毒再活化，於皮膚上出現具疼痛感的水泡樣皮疹，即所謂的帶狀皰疹。若懷孕早期感染水痘，引起胎兒發育缺陷的機率達 2.3%。

疾病簡介

1. 潛伏期為 2~3 週，一般為 13~17 天。
2. 傳染力極強，自出疹的前 5 天起（通常為前 1~2 天）到第一批水疱出現後 5 天之間都有傳染力，完全結痂後才不具傳染性。
3. 可經由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到水疱液或黏膜分泌物也可能感染。（感染者應穿長袖、長褲，戴口罩，與人互動保持至少 1 公尺距離，保持室內空氣流通勿密閉）

臨床症狀

1. 前驅症狀有微燒（37.5~39°C）、頭痛、顫抖、腹痛、肌肉或關節酸痛約 2~5 天。皮膚上出現斑丘疹，然後多由臉、頭皮往軀幹及四肢延伸，全身性的皮疹逐漸快速顯現，隨後變成水疱，最後留下粒狀痂皮，。偶爾可見嚴重的併發症，如肺炎、腦膜炎，會有嚴重的後遺症，不可掉以輕心。

注意事項

1. 目前已有**抗病毒藥物**可以有效治療水痘，出現紅疹或水泡等疑似水痘病徵時，**請立即就醫治療**。
2. 請立即對病人**採取隔離措施**，並**保持室內空氣流通**。病人應**遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節（戴口罩）**，直到水泡變乾結痂為止，同住者應維持良好的個人及環境衛生，保持雙手清潔，時時**正確勤洗手**。
3. 感染者應避免接觸未接種水痘疫苗的嬰幼兒、孕婦及免疫功能低下者等水痘高危險群。孕婦感染水痘可能會導致胎兒先天性缺陷，免疫低下者罹患水痘容易**併發肺炎和腦炎**。
4. 學生得到水痘時，應不要到校上課，而應**請假在家休息到水泡結痂**，且最好由醫師**評估傳染力已大幅降低後再復課**。
5. 曾施打水痘疫苗者仍可能感染水痘，稱**突破感染（Breakthrough infection）**，其症狀較輕微或較不典型，可能不發燒或發燒溫度較低，水疱也少於 50 顆，病程通常比

未接種者較短(4到6天)。突破感染患者的傳染力約為未曾接種疫苗患者的一半，若水疱多於50處，則傳染力更強，不宜忽視，罹病期間仍應與他人適度區隔。

●水痘患者應注意事項：

1. 注意有無厲害之咳嗽或頭痛發生，以期早期偵察有無肺炎或腦膜炎等併發症的產生。
2. **水皰不可抓破，以免併發細菌感染而留下明顯的疤痕。**
3. 喉嚨、口腔等亦可能會長水皰，此時吃東西會痛，應改吃溫的軟性食物或流質食物如粥、牛奶等，少量多餐，並勤於漱口。
4. 生殖器亦可能有水皰產生，水皰破後解尿時會痛，應特別注意保持乾淨，並勤於清洗、換藥。
5. 頭皮內有水皰時會有劇癢，此時可以洗頭，但不可用力搔抓。
6. **水痘病程約十日，在水皰結痂之前有很強的傳染力，故不可至公共場所以免傳染給別人，特別不可與孕婦或沒抵抗力的小孩接觸。**
7. 全身性或較嚴重之水痘可考慮用特效藥控制，以免嚴重的併發症產生。
8. 水痘的皮膚症狀變化快速，用藥亦需隨之改變，故必須與皮膚科專科醫師密切聯繫，以利病情控制。

●**環境消毒方法**

以市售漂白水(次氯酸鈉)5-6%, 1:100 稀釋, 擦拭門把、桌面、床及地板…等或者 75%酒精也可以

基本上來說水痘病毒是不容易在人體外生存太久的(大概 10~15 分鐘就會自動消亡)
但是, 同學當中或許也有潛伏期的個案，所以還是認真完整的做才較安全。