



帶狀疱疹護理指導

1999.05 制定
2022.11 修訂

一、認識帶狀疱疹

帶狀疱疹俗稱「皮蛇」。由水痘-帶狀疱疹病毒感染人體所引起，初次感染會導致水痘，而痊癒後病毒會潛伏在人體感覺神經節內，當年紀大或免疫力降低時病毒再活化，沿著感覺神經侵犯其所支配的皮膚引起單側性、疼痛性、水疱性皮炎。

二、誘發因子

(一)年齡：隨著年齡增加罹患帶狀疱疹的發生率越高。

(二)免疫功能低下：如接受免疫抑制治療或長期使用類固醇藥物者、接受化學治療或放射線治療、骨髓或器官移植、後天免疫缺乏症候群、自體免疫疾病、罹患癌症等。

(三)其他：情緒壓力、失眠、過度疲倦、外傷、重大手術等。

三、臨床表徵

(一)皮疹：發疹之前，伴隨倦怠、頭痛、畏光、皮膚異常的感覺和疼痛，經過1-2天開始沿著單側神經出現紅斑性丘疹，進而形成群聚水疱，3-4天變膿疱，7-10天結痂後，不再具有傳染性，痂皮於2至3週內脫落；發生部位局限於受侵犯的神經根節周圍的皮膚，最常侵犯腰部、胸部、頸部、臉部及大腿內側，其病程約4-6週，當侵犯的部位為三叉神經的眼分支時，可能造成眼睛的併發症，甚至導致失明。

(二)帶狀疱疹後神經痛：最常見的合併症，當皮疹消失後，仍然感覺燒灼感、刺痛感、麻木、及像螞蟻爬過的神經痛，可維持數周至數月。

四、患部處理

(一)有水疱時，儘量不要把水疱弄破，需要保持患部清潔，以防細菌感染。

(二)水疱破時，按醫囑塗抹藥膏，再使用消毒過紗布覆蓋，減少摩擦，不要擅自塗抹成藥，以免傷口感染，而延遲痊癒。

(三)塗抹新的藥膏時，可先用生理食鹽水去除之前殘留的藥膏後再塗抹。

五、居家護理

(一)接觸病灶前後均須洗手。

(二)避免接觸免疫力低的人。

(三)穿寬鬆衣服減少衣物摩擦造成不適。

(四)小心處理與病人使用過的衣物，避免與他人共同使用。

(五)家中有孩童應避免接觸以防得水痘。

(六)因帶狀疱疹前2個禮拜有接觸傳染性，故沒有得過水痘成人或未接種水痘疫苗的人亦要避免接觸。

(七)充足休息，身心適度調劑，飲食起居規律才能避免復發。

(八)接種帶狀疱疹疫苗，可預防或降低成人之帶狀疱疹發生率及其併發症。

(九)可服用止痛劑或在醫師指示下使用其他藥物，如綜合維他命B群、收斂劑或麻醉劑來減少神經痛。

六、出院後按照醫生指示定期返診

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。出院後如有任何疑問，可利用「健康諮詢專線」：台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉624。諮詢時間：週一至週五上午9:00-12:00，下午2:00-5:00。

祝您 平安健康