

帶狀皰疹的治療與照護

文/馬偕紀念醫院皮膚科主治醫師呂柏萱

認識帶狀皰疹

帶狀皰疹，又俗稱「皮蛇」或是「飛蛇」，成因為身體抵抗力下降，導致水痘病毒再活化在皮膚引起沿著皮節(dermatomes，皮膚的感覺神經分布)的單側、疼痛水疱性皮疹。

帶狀皰疹可能伴隨著多種神經系統疾病（例如：腦膜腦炎、脊髓炎和血管病變等）及眼部疾病，進而影響到病人日常作息與生活品質；目前除了帶狀皰疹疫苗，並無其他有效的方法預防帶狀皰疹發生，僅能依靠及早就醫接受抗病毒藥物的治療，抗病毒藥物雖然可以讓急性期皮膚病灶和疼痛較快恢復，仍無法完全避免帶狀皰疹後神經痛的發生。

帶狀皰疹後神經痛（PHN）是指皮膚病灶恢復但神經痛仍持續存在，少部分病人身心飽受煎熬，須長期接受藥物治療控制疼痛，嚴重者甚至須接受經皮電刺激或是硬脊膜外注射麻醉或消炎藥物，帶狀皰疹所引發的神經痛雖難以治療，但低能量雷射照射可以改善。

低能量雷射特點及優勢

波長在450nm（奈米）到1100nm之間，輸出功率小於500mW（毫瓦）的雷射都稱為低能量雷射。低能量雷射因其輸出能量較小，不會破壞組織也不會造成組織變性，但可引起生物刺激作用，進而激發組織生理反應。

相較於藥物及手術治療，低能量雷射為非侵入性輔助治療，具有較低之風險，且無明顯副作用，雷射後即可達到消炎、修復的療效。研究發現，波長660nm可促進傷口癒合，加強組織及細胞間的修復能力；808nm則可減緩神經、肌肉、關節等疼痛，將兩者相互搭配，可用於一般慢性皮膚潰瘍、帶狀皰疹後神經痛及一般糖尿病患者。

治療過程中，病人雖需配戴護目鏡保護眼睛，然照射並不會破壞組織，無一般雷射傷口需要照護的疑慮。經醫師診療後若符合健保給付條件者亦可享有健保。◎



低能量雷射手肘及膝蓋照射示意圖

銀髮族的靠山

—馬偕紀念醫院老年醫學科

文/馬偕紀念醫院老年醫學科護理師鄭韻如

隨著少子化及高齡化社會的到來，巨大的照顧負荷成了許多家庭的困境。您正為家中的長輩的身體、情緒症狀求助無門、身心俱疲嗎？透過馬偕紀念醫院老年醫學科的專業協助，將可為您解決難題。

成立於2017年的馬偕老年醫學科除了提供一般急性疾病的照護，更深入了解長輩的身心狀況與年輕族群的差異，並運用涵蓋長期照顧、終身學習、均衡營養、優化處方、行動運動等五個面向的「周全性老年醫學評估」為工具，依據長者個別性的差異，提供適切的介入措施。

若您發現家中長輩近日出現功能變差、活動力變差、認知功能障礙、憂鬱症、跌倒、尿失禁、多重複雜性問題、多重慢性疾病、多重藥物使用或行為表現異常等問題，馬偕老年醫學科團隊提供以下服務：

(1). 老年醫學整合門診

除一般老年疾病看診，亦承接衛生福利部「以病人為中心之整合門診計畫」，提供醫師、藥師、護理師共同看診之高齡長者高品質全人醫療照護服務。長輩若年滿65歲以上，且符合「有3種以上慢性病，用藥治療≥28天且經2位以上醫師看診」或「有2次以上慢性病連續箋且用藥品項數合計達10種以上，且經2位以上醫師看診」，將先由護理師為長輩進行周全性老年醫學評估、再由專業藥師進行多重用藥評估，最後由老年醫學科醫師將依據護理師、藥師的評估結果，及臨床檢驗檢查數據、長輩個別性的差異，提供適切的醫療處置及介入措施，改善老年基本日常生活功能、多重複雜性問題、反覆入院、多科看診、支持照顧資源缺乏及安置場所考量。

(2). 老年醫學病房

如果評估長輩狀況需住院，淡水馬偕也設有專為老人需求設計的病房環境及跨團隊的老年醫學照護團隊（包括：老年醫學科、神經內科、精神科及復健科醫師、老年醫學科和出院準備護理師、病房護理長、營養師、臨床藥師、社工師等），經團隊全面性評估後，召開團隊及家庭會議，依長輩之病況需要，取得照護共識，協助安排「衰弱高齡急性後期（PAC）照護計畫」，提供長輩積極復健；返家後無縫接軌「長照2.0」資源連結。

(3). 在地醫療服務

體恤部分長輩就醫不便，醫院與馬偕醫學院合作之「在地化醫療照護計畫」，提供三芝地區在地醫療服務，並積極發展居家醫療等項目，期望長輩都能獲得完善的照顧資源。

(4). 社區健康推廣

老年醫學科積極參與「馬偕健康日」、「社區老人健康講座」等活動，讓長輩了解正確的健康知識，透過健康促進的活動使自己更健康。

希冀透過馬偕老年醫學科團隊專業、周全、精緻化的評估，找出最適合方法，一同努力提升長輩的能力及生活品質，減輕民眾照顧負擔，成為銀髮族強而有力的靠山。◎

若您有任何長輩照顧上的問題，歡迎您來電

馬偕紀念醫院老年醫學科洽詢：

台北 (02)25433535轉2624

淡水 (02)28094661轉2768

