

# 帶狀疱疹(生蛇)

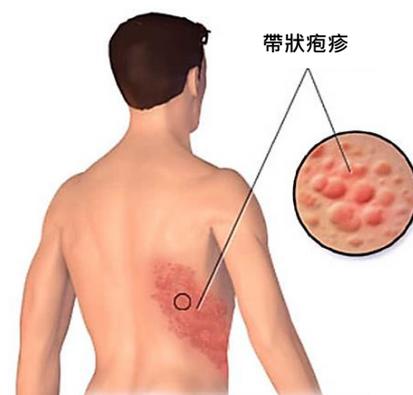
帶狀疱疹，俗稱「生蛇」，病源與引發「水痘」的病毒相同。曾患「水痘」的人皆有機會得此病。因為「水痘」痊癒後，其病毒可隱藏在身體神經節細胞中。當病毒再活躍時，便沿神經線侵入皮膚，出現皮疹。皮疹分佈多見單側一方，呈帶狀分佈，形似蛇盤繞一邊，固俗稱「生蛇」。幸好大部份病人一生只發病一次，只有少數人士會再次發病。

## 病因

- 至今仍無法清楚了解為何「水痘」病毒會再度活躍起來。
- 有機會是身體的抵抗力短暫性稍微降低，令病毒有機會再繁衍和活躍。
- 成人或小孩也有機會「生蛇」，但大部分患者為五十歲以上。
- 疾病、創傷等因素亦可引發此病。抵抗力弱之人士，如血癌、愛滋病患者或因其他疾病長期服用免疫抑制藥的人士，亦會較容易發病。

## 徵狀

- 最先是患處灼熱、疼痛或有針刺的感覺。
- 隨後患處會出現紅疹及長出群組式小水疱；水疱破後便會結痂。
- 較常出現皮疹的部位是身軀單側一方(左邊或右邊)或前額，數個群組水疱沿神經線支配的皮膚區域呈帶狀分佈。
- 發病持續約二至三星期，但痛楚則可持續多個月甚至更長時間。
- 患處膚色的轉變則維持較久。



## 可能出現的併發症

- 若影響眼睛，有機會引致失明，需及早找眼科醫生診治。
- 傷口若處理不善，可以被細菌感染而發炎，因而留下疤痕。
- 患處或會出現色素沉澱，皮膚呈現瘀黑色，要數個月才會消失，甚至永久不消散。
- 帶狀疱疹後神經痛：患處的皮膚雖痊癒，但神經痛卻可持續較長時間(如多月或年)，此情況較常見於年老病者。

## 治療

- 服用抗病毒藥物：在病發初期，服用抗病毒藥物，可減輕病情和減低日後患有帶狀疱疹後神經痛的機會。
- 服用止痛藥：可減輕傷口及神經痛。
- 外用藥物塗患處：可減輕痕癢及防止細菌滋生。



## 患上帶狀疱疹後的注意事項

帶狀疱疹可經由直接或間接接觸帶狀疱疹患者帶有病原體之水疱液、黏膜分泌物而傳播

此病的傳染性雖低，但當患上帶狀疱疹後應注意以下事項：

- 應儘早求醫，並按醫生指示用藥
- 在患處塗上紓緩藥膏或服食止痛藥
- 應保持患處皮膚清潔乾爽。切勿自行弄破水泡，否則可能導致細菌感染
- 飲用充足水分及休息
- 應保持患處蓋好，不要外露
- 常洗手保持清潔，以免將病毒傳播
- 避免讓未曾患「水痘」的人士直接觸摸患處
- 患者應避免接觸體弱人士，避免接觸孕婦、初生嬰兒、免疫力較低人士(如需服用免疫抑制 / 抗排斥藥或接受化療的患者等)，以免他們受到感染



## 預防方法

- 增強免疫力，包括注意飲食、作適量運動、充足休息。
- 保持良好的個人衛生
  - 經常保持雙手清潔
- 保持良好的環境衛生
  - 定期清潔和消毒常接觸的表面
  - 保持室內空氣流通
- 預防疫苗：五十歲以上或有長期病患人士，可考慮接種帶狀疱疹預防疫苗，以減低發病機會或減輕發病時的徵狀及後遺性神經痛。詳情可向家庭醫生查詢。



## 保護皮膚

- 皮膚護理
  - 皮膚乾燥時應塗上潤膚油 / 膏
  - 選擇不含香料的護膚用品
  - 做洗濯工作前應先戴上防水手套
  - 睡眠時可穿上清潔的棉手套，以免抓破小水疱而引致皮膚發炎及留下疤痕。
- 避免曝曬
  - 適量的陽光照射皮膚可產生足夠的維生素 D 供我們日常所需
  - 但曝曬會使皮膚衰老，因此在戶外活動前，必須採取有效保護皮膚的措施
    - 如戴帽、塗上防曬用品等。

