

水痘衛教資料

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. 可經由皮膚直接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到水疱液黏膜分泌物也可能感染。

臨床症狀

1. 前驅症狀有微燒（37.5~39°C）、顫抖、腹痛、肌肉或關節酸痛約2~5天。
2. 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。
3. 成人得到水痘會有更嚴重的全身症狀，且有較高的併發症風險，常見的併發症為下呼吸道感染和繼發性細菌感染。在出疹前1至2天可能先有發燒及不適，有發燒及不適，與小孩先出現皮疹的病程有所不同。

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. 病人應遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節，並保持室內空氣流通，立即採取隔離措施，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。
4. 得到水痘時，應不要上班上課，而應請假在家休息到水泡結痂，避免前往人多的地方，最好由醫師評估傳染力已大幅降低後再復班復課。
5. 施打疫苗是目前預防水痘的最佳方法，出生滿 1歲的幼兒應儘速由醫師評估接種。
6. 曾施打水痘疫苗者仍可能感染水痘，稱突破感染，其症狀較輕微或較不典型，可能發燒或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。

預防方法

1. 保持良好的個人衛生：
經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前、觸摸扶手或門把等公共設施後，或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後。
2. 保持良好的環境衛生

- (1) 定期清潔和消毒常接觸的表面，如傢俱、玩具和共用物件。使用 1 比 99 稀釋家用漂白水（即把 1 份 5.25% 漂白水與 99 份清水混和）消毒，待 15—30 分鐘後，用水清洗並抹乾。
 - (2) 用吸水力強的即棄抹巾清理可見的污物，如呼吸道分泌物，然後用 1 比 49 稀釋家用漂白水（即把 1 份 5.25% 漂白水與 49 份清水混和）消毒被污染的地方及鄰近各處，待 15 — 30 分鐘後，用水清洗並抹乾。
3. 保持室內空氣流通。避免前往人多擠逼或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。