

大家平安！

時屆水痘好發季節，特請大家注意自身健康狀況，確實做好自我健康管理。

水痘防治

水痘簡介

水痘是由水痘帶狀疱疹病毒 (Herpesvirus3, Varicella-Zoster virus) 所傳播之高傳染性疾病，好發冬季及早春，感染者主要是兒童，惟在推動一劑水痘疫苗接種政策後，好發年齡層有逐漸後移趨勢。

流行病學

水痘全世界都有發生，感染者主要為兒童，惟在推動水痘疫苗接種政策後，好發年齡層有逐漸後移趨勢。冬季及早春為好發季節。

傳染途徑

主要是皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳播，接觸到帶狀疱疹患者之水疱，也可以造成傳染。另外，被水疱液和黏膜分泌物污染的器物也會間接傳染。



潛伏期

2~3週，一般為13~17天。

傳染期

出紅疹以前5天起（通常為前1~2天）到所有病灶結痂為止，在出現水痘疹前之際的傳染力最高。痂皮則不具傳染性。帶狀疱疹患者的傳染力可持續到水疱出現後1週。

症狀

1. 初期（紅疹出現前1-2天）包含發燒、疲倦、食慾不振、頭痛及肌肉或關節痠痛等症狀。
2. 皮膚開始出現紅疹，逐漸發展成紅丘疹、水泡疹、膿泡疹而後結痂，由臉、頭皮往軀幹四肢延伸，全身性皮疹逐漸快速顯現隨後變成水疱，最後留下粒狀痂皮（通常約於二至四星期內痊癒）。
3. 小於1歲嬰兒、孕婦、成人及免疫缺陷者，若罹患水痘，易引起水痘併發症，致死率高達5%至10%。



五大健康叮嚀

1. 施打疫苗是目前預防水痘的最佳方法。
2. 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。
3. 目前已有**抗病毒藥物**可以有效治療水痘，請立即就醫治療。
4. 採取隔離措施，罹病者應立即請假，避免傳染給他人，並保持室內空氣流通，在家自主健康管理直至全身水疱結痂變乾為止。
5. 罹病者避免接觸水痘高危險群，如孕婦、未接種水痘疫苗的嬰幼兒及免疫功能低下者等。

水痘防治叮嚀

1. 平時應勤洗手、保持室內空氣流通，避免長期處於密閉空間。
2. 按時接種疫苗。
3. 遵循呼吸道衛生咳嗽禮節。

