



## 帶狀疱疹日常生活護理指導

2001.01 制定  
2021.11 修訂  
2022.11 審閱

### 一、認識帶狀疱疹

帶狀疱疹在台灣俗稱「皮蛇」或「飛蛇」，為水痘-帶狀疱疹病毒（varicella-zoster virus, VZV）感染所致。通常於年幼時初次感染水痘，痊癒後此病毒仍潛伏於神經節內，當免疫功能減弱時再度活化，沿周圍神經波及皮膚產生帶狀疱疹，此時病人會感到劇烈的疼痛。

### 二、帶狀疱疹的治療

(一)藥物治療：以抗病毒藥物為主，需諮詢專業醫師評估適合的處方藥物。

(二)非藥物治療：(避免民俗療法)

- 1.急性期勿將水泡弄破，可用生理食鹽水清潔後，塗抹醫師處方藥膏，使水泡收斂、乾燥及結痂。
- 2.充分休息、作息正常、調劑壓力；盡量避免抽菸、喝酒、辛辣或刺激性飲食。

(三)疼痛處理

- 1.急性期可於醫師指示下使用鎮痛藥物，並補充維生素 B 群，可減緩神經痛。
- 2.帶狀疱疹後神經痛：經專業醫師評估後，可依醫囑使用鎮痛劑、抗鬱劑以及麻醉性止痛貼片；近年研究亦發現低能量的氦-氬雷射治療可以減輕患者疼痛

### 三、帶狀疱疹相關注意事項

- (一)若疱疹發生在眼周三叉神經範圍，建議盡早至眼科評估，以免影響視力。
- (二)在疱疹傷口尚未結痂之前，應避免接觸體弱、免疫力低下及未曾得過水痘或施打水痘疫苗者(包括未滿一歲之幼兒)。
- (三)帶狀疱疹非終身免疫，接種帶狀疱疹疫苗(健保未給付)可降低復發機率及預防各項合併症。

若有任何問題，請利用馬偕醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311，醫護人員將非常樂意為您服務。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