

水痘防治衛教單

認識水痘

1. 由水痘帶狀疱疹病毒所感染。
2. 可經由飛沫、空氣傳染、直接接觸傳水泡液、黏膜分泌物或污染物而感染。
3. 潛伏期為2~3週，一般為13~17天。
4. 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。

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，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. 立即採取隔離措施，並保持室內空氣流通。遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節，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。孕婦感染水痘可能會導致胎兒先天性缺陷，免疫低下者罹患水痘容易併發肺炎和腦炎。
4. 學生得到水痘時，應不要到校上課，而應請假在家休息到水泡結痂，且最好由醫師評估傳染力已大幅降低後再復課。
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（Breakthrough infection），其症狀較輕微或較不典型，可能不發燒或發燒溫度較低，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，罹病期間仍應適度隔離。
7. 消毒方式漂白水稀釋法：
 - (1)一般環境消毒:漂白水濃度500ppm(漂白水100cc：水10公升稀釋，做地板、門把、桌椅消毒)。
 - (2)若被嘔吐物或排泄物汙染:漂白水濃度1000ppm(漂白水200cc：水10公升稀釋，環境消毒)。