

# 水痘衛教參考資料

## 疾病簡介

1. 水痘好發於冬季及早春，潛伏期為 10-21 天，一般為 14-16 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. 可經由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到水疱液或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、頭痛、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。

## 疾病治療與預防

1. 目前已有抗病毒藥物可以有效治療水痘，經醫師評估後，可能會給予口服或靜脈注射抗病毒藥物（Acyclovir）治療，五天後即可解除隔離限制。國內目前並無水痘免疫球蛋白（VZIG），患者可經醫師評估，可於暴露後 96 小時內以免疫球蛋白（IVIG）代替水痘免疫球蛋白（VZIG）進行治療。
2. 施打疫苗是目前預防水痘的最佳方法，出生滿 1 歲的幼兒至未滿 13 歲可接種一劑公費疫苗，13 歲以上無疫苗接種史則自費接種 2 劑，每劑應間隔 4 至 8 週。
3. 不具有水痘抗體者可於暴露後 72 小時內注射水痘疫苗，至遲於 5 天內接種仍可提供 7 成保護力，以減輕疾病嚴重度，即使超過 6 天後接種，仍可提供後續保護力。惟水痘疫苗為活性減毒疫苗，高危險族群（包含孕婦及新生兒）並不適合接種，接種水痘疫苗前仍應先經醫師評估，排除接種禁忌。其接種原則建議如下：
  - A. 曾感染水痘或已接種 2 劑水痘疫苗者，無需再接種。
  - B. 未曾感染過水痘者：
    - (1) 未滿 13 歲：未曾接種者，除公費提供第 1 劑外，自費接種第 2 劑；已接種 1 劑者，自費接種第 2 劑。
    - (2) 滿 13 歲以上：未曾接種者，應接種 2 劑(自費)；已接種 1 劑者，自費接種第 2 劑。
    - (3) 上述兩劑水痘疫苗接種應間隔至少 28 天。

## 注意事項

1. 請注意如有出現發燒、頭痛、紅疹或水泡等疑似水痘病徵時，請配戴口罩並穿著長袖衣立即就醫治療，就醫時盡量勿搭乘大眾運輸工具，且請告知醫師是否有水痘接觸史。
2. 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。並請立即對病人採取隔離措施，並保持室內空氣流通。病人應遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節，直到全部水泡變乾結痂為止，同住者應維持良好的個人及環境衛生，勤洗水保持雙手清潔。
3. 得到水痘時，應不要到校上班上課，而應請假在家休息到全部水泡結痂，且最好由醫師評估傳染力已大幅降低後再上班上課。
4. 接觸者的自主健康監測，接觸者應維持良好個人及環境衛生，以正確方式勤洗手並採取自主健康監測 21 天，使用免疫球蛋白 (IVIG) 者需延長健康監測至 28 天。自主健康監測期間，應盡量避免接觸小於 1 歲之嬰兒、孕婦、癌症及免疫低下或缺陷者。出門宜佩戴口罩，盡量避免出入密閉之公共場所。
5. 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，不宜忽視，罹病期間仍應與他人適度區隔。
6. 環境消毒方式:一般市售漂白水(5% -6%次氯酸鈉)，建議以 1 份漂白水加 100 份冷水稀釋 (即 1:100 稀釋)，稀釋後約含 0.05% 或 500ppm 有效氯，一般使用後 10-60 分鐘皆有作用，故建議用於醫療機構及家戶大範圍消毒。



## 長大還是會長「痘」

### 水痘迷思，你中了嗎？

**Q1** 得到水痘 只要不接觸別人 就不會傳染？

**Q2** 接種過疫苗 就不用擔心 被傳染？

水痘會經由 飛沫、空氣、接觸而感染

疫苗保護力 無法持續終身

出疹前 5 天到水痘結痂 脫落前，都有傳染力

疫苗抗體會隨 年紀增加而持續下降

▶ 建議幼兒於滿 4 到 6 歲自費接種第 2 劑

衛生福利部疾病管制署 啟  
TAIWAN CDC