

## 冬季乾癢痛不欲生，竟是帶狀疱疹惹的禍，接種疫苗可增加保護力

近日一名 70 多歲的阿嬤皮膚出現紅疹、搔癢及刺痛，原以為是冬季乾癢，多塗點乳液就可改善症狀，沒想到患部持續向外擴散，且搔癢感、疼痛感加劇，並長達數日之久，讓她連飯也吃不下、睡也睡不好，直到前往皮膚科門診就醫後才發現是帶狀疱疹發作，而非冬季常見的皮膚疾病或罕見毒蟲叮咬，對症下藥後情況緩解許多，阿嬤也重回正常生活。

雙和醫院皮膚科翁子玉醫師表示，俗稱「皮蛇」的帶狀疱疹是一種由水痘病毒復發引起的疾病，盛行率約千分之 5（4.89%），臺灣約 9 成的民眾小時候都有得過水痘或接種過水痘疫苗的經驗，症狀緩解後，病毒便會潛伏在人體神經節，當免疫力下降時，便有機會復發。研究顯示，年齡是帶狀疱疹發作的關鍵，50 歲後發生機率明顯上升，研究也指出，帶狀疱疹的機率為 32.2%，意指每 3 人就 1 人會面臨到帶狀疱疹的困擾，千萬不可輕忽。【右圖：雙和醫院皮膚科翁子玉醫師】



初期帶狀疱疹的症狀多數並不明顯，主要是些許癢感或刺痛感，民眾常誤認為肌肉痠痛或落枕，待後續水泡、紅疹或淋巴結腫大出現時，疼痛感將越發明顯；但也有些人在水泡出現後才開始感到劇烈的刺痛感。有別於一般的皮膚疾病，帶狀疱疹會沿著神經節擴散、蔓延，也因此才會有「皮蛇長滿一圈會死掉」的迷思出現，但雙側發生的情況相對少見。除疼痛不適影響生活品質，患部過度搔抓也可能造成細菌感染或傷口潰瘍等皮膚問題。

一般來說，帶狀疱疹未治療約數週可自行痊癒，但翁子玉醫師建議仍可前往皮膚科門診尋求專業諮詢，透過口服或靜脈注射的抗病毒或止痛藥物來控制病毒擴散、減緩疼痛的蔓延，特別是發作在額頭、頭皮、眼皮及鼻子等三叉神經分布區域時，若不及時治療，恐出現嚴重的併發症，甚至傷及眼角膜；另外，也建議 50 歲以上、有慢性疾病、作息不正常或生活壓力大、免疫不全、癌症患者，以及曾得過帶狀疱疹之高危險族群，可施打疫苗來增加保護力。

值得注意的是，若帶狀疱疹發作 90 天後仍有疼痛，醫學上便定義為帶狀疱疹後神經痛，持續時間從幾個月到數年不等，其中以女性、50 歲以上、帶狀疱疹病灶數較多、發作於頭部、薦骨部位、有出血性水泡及症狀前期就出現帶狀疼痛等為高風險族群。若能在急性發作期就給予藥物治療，就可以有效降低帶狀疱疹後神經痛的發生。



翁子玉醫師指出，年紀同樣是引起帶狀疱疹後神經痛的關鍵，疼痛感常為陣發性、持續性或頻繁的疼痛，具有灼熱、針刺或電刺等特徵，可能伴隨感覺異常、觸覺敏感或蟲蟻鑽動的感覺，如生產般「痛不欲生」嚴重影響生活。目前有可透過多種藥物來減緩神經痛的嚴重度，包括口服藥物、外用藥膏或貼布，近年有部分抗癲癇或抗憂鬱藥物，經研究證實抑制神經痛的效果良好，已被食藥署核准用於帶狀疱疹後神經痛的控制，雙和醫院皮膚科也有低能量雷射儀，可以加強對疼痛的控制，但實際使用上還必須考量患者的個別狀況，民眾若有相關疑問可至皮膚科門

診尋求專業協助。(文/雙和醫院)【左圖：民眾可透過低能量雷射儀來緩解帶狀疱疹後神經痛的不適】