水痘（Chickenpox）

常見問題解答

什麼是水痘?
水痘（Varicella），又稱為水痘（chickenpox），是一種由水痘-帶狀疱疹病毒（varicella-zoster virus, VZV）引起的高度傳染性疾病。它很容易在人與人之間傳播。

哪些人會得水痘?
任何人如果未因接種疫苗或先前感染而受到保護，都可能感染水痘。兒童、年輕成人及免疫系統較弱的人，感染風險較高。
雖然較少成人會得水痘，但成人比兒童更有可能因這種疾病出現嚴重併發症。在疫苗接種率偏低的部分地區，水痘仍然會發生。

人們如何感染水痘?
當感染者咳嗽或打噴嚏時，水痘會經由空氣在人與人之間非常容易地傳播。它也可透過直接接觸水痘水疱，或接觸被水疱液污染的物品而傳播。沒有免疫力的人，只要與水痘患者處於同一個房間內，就可能受到感染。水痘患者從皮疹出現前 1–2 天起，直到所有水疱乾燥並結痂為止都具有傳染性，通常約在皮疹開始後 4–5 天。

水痘有哪些症狀?
在接觸水痘患者後，症狀通常會在約 10–21 天後出現。
早期症狀可能包括：

- 發燒
- 疲勞
- 痠痛
- 喉嚨痛
- 易怒或脾氣暴躁

之後會出現發癢、類似水疱的皮疹，通常先從臉部、胸部或背部開始，然後擴散到身體其他部位。皮疹也可能出現在口腔內或身體其他部位。
水疱通常會在 4–5 天內乾燥並結痂。

什麼是帶狀疱疹?
人在從水痘康復後，水痘－帶狀疱疹病毒仍會潛伏於體內的神經細胞中。多年後，該病毒可能再次活化並引起帶狀疱疹，也稱為 herpes zoster。帶狀疱疹較常見於 50 歲以上的成人，以及因老化、疾病、藥物或某些醫療狀況而免疫系統較弱的人。
與水痘不同，帶狀疱疹本身不會在人與人之間傳播。然而，在少數情況下，從未得過水痘或未接種過水痘疫苗的人，在直接接觸帶狀疱疹水疱後，可能會罹患水痘。

帶狀疱疹有哪些症狀?
症狀通常始於身體一側出現疼痛、刺痛、灼熱感或麻木，通常發生在胸部或臉部。幾天後，同一部位會出現疼痛性的水疱性皮疹。有些人在皮疹消退後，疼痛可能會持續數個月甚至更久。

如何診斷水痘和帶狀疱疹?
醫療保健提供者通常可根據症狀、皮疹外觀，以及接觸史或病史來診斷水痘或帶狀疱疹。在某些情況下，可能會使用實驗室檢驗來確認診斷。

水痘或帶狀疱疹的治療方式是什麼?
大多數水痘病例可透過以下方式治療：
- 休息
- 補充水分
- 良好營養
- 如有需要，可使用退燒或止癢藥物

部分病情嚴重或出現併發症的人，可能需要抗病毒藥物或額外的醫療治療。對於帶狀疱疹，醫療保健提供者可能會開立抗病毒藥物及止痛治療，以減輕症狀和併發症。

如何預防水痘或帶狀疱疹?
水痘和帶狀疱疹都是可透過疫苗預防的疾病。

水痘（Varicella）疫苗
建議未對水痘具有免疫力的兒童和成人接種水痘疫苗。
此疫苗採兩劑系列接種。

帶狀疱疹疫苗
50歲及以上的成年人應接種兩劑帶狀疱疹疫苗 Shingrix（重組帶狀疱疹疫苗），以幫助預防帶狀疱疹及其併發症。

因疾病或治療而免疫系統較弱的 19 歲及以上成人，也應接種兩劑 Shingrix，因為他們罹患帶狀疱疹的風險較高。

較早期的帶狀疱疹疫苗 Zostavax 已不再於美國提供。先前已接種 Zostavax 的人仍應接種 Shingrix。

在哪裡可以獲得關於水痘的更多資訊?
- 醫療保健提供者
- 地方衛生部門：localhealth.nj.gov
- 新澤西州衛生局 (New Jersey Department of Health)：nj.gov/health
- National Foundation for Infectious Diseases: nfid.org/infectious-disease/chickenpox/

本資訊僅供教育用途，不旨在替代與醫療保健專業人士的諮詢。