



有關水痘的事實

Facts about Chickenpox

水痘是甚麼？

水痘是由水痘帶狀皰疹病毒引發的感染。一般來說，兒童出水痘只是輕微疾病，但如青少年、成人和免疫系統減弱的人受到感染，病情便會較嚴重。

水痘引發的併發症包括肺炎（肺部發炎）、腦炎（腦部腫脹）及因搔抓皮膚而受細菌感染。腦炎可導致痙攣、耳聾或腦部受損。每 3,000 個受水痘感染的成年人中，大約有一人因而死亡。母親如在懷孕期間染上水痘，胎兒可能會出現先天缺陷，而這些先天缺陷可以是致命的。

有水痘疫苗嗎？

有。水痘疫苗可以保障我們免生水痘。要了解更多資料，可參閱 [HealthLinkBC File](#)（卑詩健康結連檔案）[#44b 水痘\(Varicella\)疫苗](#)。

水痘如何傳播？

只要受感染的人打噴嚏或咳嗽，病毒便會透過空氣傳給另一人。病毒亦會透過接觸水痘水泡中的液體，或患者的唾液而傳播給別人。患有水痘的孕婦可能在嬰兒出生前已將病毒傳給嬰兒。

水痘患者可以在紅疹出現的前 5 天和後 5 天內，將病毒傳播他人。患者在紅疹出現前 1 天及出現後首數天傳染性最高。

為減少水痘傳染給別人，患有水痘的兒童不應回日託中心或學校，直至紅疹初現後 5 天或水泡表層變硬為止。

接觸病毒後，病人一般會在 2 至 3 個星期後才開始生病。如果你的子女接觸到水痘，便要留意接下來的 2 至 3 個星期有否出現病徵。

水痘有甚麼病徵？

水痘的徵狀包括發燒、疼痛、疲倦、頭痛和食慾不振。數天後便會出疹。紅點首先會呈現在面部和頭皮上，然後迅速向下蔓延全身，以及手臂和腿部。這些斑點會令人覺得非常痕癢，然後開始形成水泡，裡面充滿透明的液體。再過數天後，液體變成混濁，水泡開始破裂。皮膚癒合時會形成一層硬皮或痂皮。與此同時，會出現新的「一批」斑點，跟著變成水泡，然後表層變硬。水痘通常維持大約 10 天。

有治療方法嗎？

如果你接觸到水痘病毒，便要按你的年齡、個人的健康狀況，以及病情的嚴重程度來決定治療方法。大部分健康的兒童只需留在家裡休息便可。

孕婦、初生嬰兒及免疫系統減弱而過去又從未接種過水痘疫苗，亦不曾感染水痘或帶狀皰疹的人士如接觸到或染上水痘，應立即看醫生。要減低疾病和併發症的風險，便應盡快採取預防措施。

預防方法包括服食抗病毒藥物，注射帶狀皰疹免疫球蛋白或水痘疫苗。

可以在家中自行護理嗎？

在大部分病例中，水痘只是小病。假如患有水痘，你應該休息，但毋須臥床。

最好的護理方法，便是舒緩你或孩子不適，你可以嘗試以下方法：

- 飲用大量流質，如水、果汁或湯，特別是在發燒的時候。如果你以母乳餵哺嬰兒，餵哺的次數可以較平常頻密。

- 指甲必須剪短且保持清潔。晚上用手套或襪子套在手上，以防搔抓。
- 保持皮膚涼爽以舒緩痕癢。穿著薄身的衣服，避免用熱水沐浴或淋浴。要了解哪一種潤膚劑可舒緩痕癢，可向藥劑師或公共衛生護士查詢。
- 要防止疾病傳播，可使用家居清潔劑來洗滌給水泡液沾污的一切物品。受感染者應與未曾感染水痘的家人隔離。

如有發燒或疼痛，可服用醋氨酚 (Acetaminophen) 或 Tylenol[®]。水楊酸 (ASA) 或 Aspirin[®] 不應給 20 歲以下人士服用，因為有造成雷伊氏綜合症的風險。

要了解帶狀皰疹詳情，請參閱 [HealthLinkBC File \(卑詩健康結連檔案\) #111 帶狀皰疹疫苗](#)。



要了解雷伊氏綜合症詳情，請參閱 [HealthLinkBC File \(卑詩健康結連檔案\) #84 雷伊氏綜合症](#)。

甚麼是帶狀皰疹疫苗？

引發水痘的同一種病毒亦會導致帶狀皰疹。對於某些曾患水痘的人來說，這種病毒或會在一段時間後再次活躍起來，導致一種稱為「帶狀皰疹」的痛疹。

帶狀皰疹的徵狀包括頭痛、發燒、噁心和發冷。有些人或會在紅疹出現後數天感到痕癢、刺痛或極度疼痛。水泡需要 2 至 4 星期痊癒，但可能會留下疤痕。

帶狀皰疹患者若無感到不適，便毋須停止工作或其他活動，但呈現的紅疹必須給完全掩蓋。任何未患過水痘或接種過水痘疫苗的人，有可能因接觸帶狀皰疹水泡液體而感染水痘病毒。帶狀皰疹不會由人傳人。但任何未患過水痘或接種過水痘疫苗的人，有可能因接觸帶狀皰疹水泡液體而感染水痘。但這種情況並不普遍，而且只有你直接觸碰到帶狀皰疹水泡內的液體才有機會發生。

如需查找有關更多話題的HealthLinkBC文檔，請瀏覽 www.healthlinkbc.ca/healthfiles 網頁，或訪問您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請訪問 www.healthlinkbc.ca，或致電 **8-1-1** (免費電話)。失聰和弱聽人士如需協助，請致電**7-1-1**。若您需要，我們亦可提供130多種語言的翻譯服務。