

認識帶狀疱疹(皮蛇)疾病與預防方式

皮蛇纏身 痛難眠

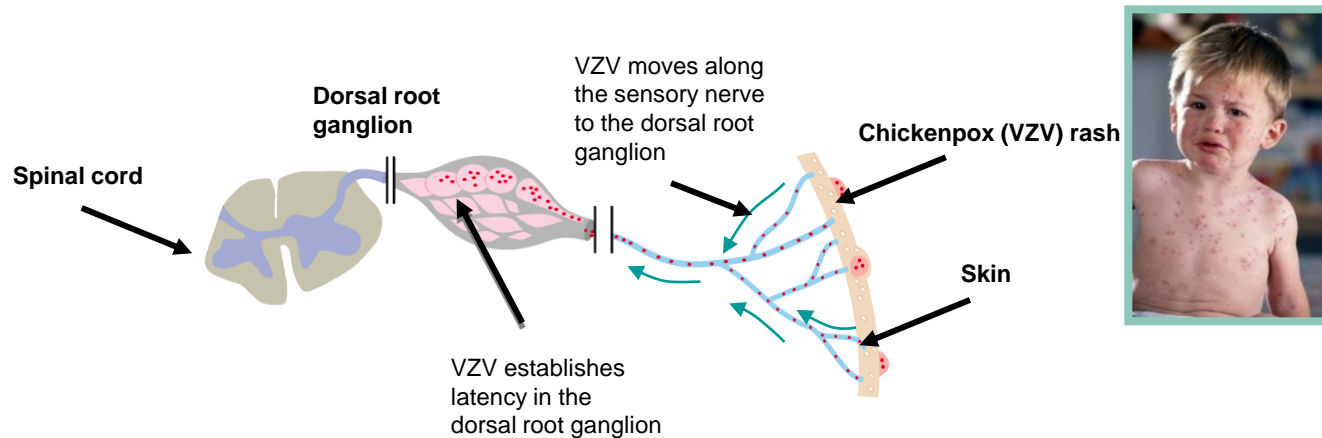
講師：狄勤育



PHOTO RESEARCHERS

你得過水痘嗎？

- 幾乎所有超過50歲成人都暴露在罹患帶狀疱疹的風險中，因為**這個族群幾乎95%都得過水痘**
- 帶狀疱疹(Herpes zoster; HZ)(俗稱皮蛇)是VZV(水痘-帶狀疱疹病毒)再度活化的表現，這種病毒在初次感染時會引發水痘。初次感染之後，此病毒會潛伏在背根神經節或腦感覺神經節中，直到再度活化引發帶狀疱疹
- **帶狀疱疹的一般特徵為延著皮節分佈的單側性、疼痛性、水泡性皮炎**
- 雖然水泡性皮炎是帶狀疱疹最明顯的表徵，但最常見的耗弱性症狀是疼痛；疼痛症狀可能會發生於感染的前驅期、急性發疹期、以及疱疹後期。曾有報告指出，在急性發疹期間，免疫功能正常的人高達90%會發生局部疼痛



年齡—重要因素

年齡是罹患帶狀疱疹最重要的一項因素

超過50歲後，罹患帶狀疱疹的風險及嚴重性會大幅增加，這是由於免疫力會隨著年齡增長而降低的緣故

- 到了85歲，約有50%的人會出現至少一次的帶狀疱疹

帶狀疱疹而住院治療的病例有70%至80%都是發生於免疫功能正常的人

隨著年齡增長,罹患帶狀
疱疹的風險越高

過去50年來，老年人的
數量已增加一倍；在接
下來的50年，老年人增
加的數量將更多

有越來越多的人將達到
易罹患帶狀疱疹的年齡

帶狀疱疹的徵兆及症狀

- 起初的徵兆並不明顯，症狀往往是發癢、疼痛及刺痛
- 幾天之後會出現水泡紅疹，通常會出現在身體或臉部的單側
- 紅疹的出現通常伴隨：
 - 焦慮
 - 類流感症狀
 - 從輕微到嚴重的疼痛，包含：
 - 發癢、灼熱感或刺痛
 - 抽痛
 - 96%罹患帶狀疱疹的人會感到疼痛
 - 45%每天都感到疼痛
 - 42%形容此疼痛感為“可怕的”或“難忍受的”



© Phototake. Reprinted with permission.



「皮蛇」纏身，痛不欲生

帶狀皰疹 愈老愈危險



帶狀皰疹病毒神經痛發生在眼部，可能導致視力受損、失明。

蛇」即有可
能悄悄近
身，過去
不少政壇名
人深受其
苦，包括曾
任行政院長
的郝柏村、
俞國華、邵

帶狀皰疹可謂中、老年人的健康殺手，一旦天氣變化大、自身免疫力低落，「皮

蛇」即有可

能悄悄近
身，過去
不少政壇名
人深受其
苦，包括曾
任行政院長
的郝柏村、
俞國華、邵

帶狀皰疹是中、老年人的健康殺手，一旦天氣變化大、免疫力低落，即有可能悄悄近身；醫師建議成人施打疫苗，重新喚醒身體免疫能力，才能有效預防，即便發作也能有效降低神經痛的嚴重度。

撰文／林筱庭

「曾

經被刀子割過嗎？就像拿刀來回切，有針在刺，不時又有火一旁

燒，感覺很難形容，就是痛起來會啾啾叫，讓你滿地打滾，根本吃不下東西。」今年七十四歲的楊先生說，剛開始只是胸口有些悶痛，不以為意，還以為是心肌梗塞的老毛病又要犯了，沒想到過幾天，右胸側卻開始長出一片「紅豆」，奇癢無比，疼痛難耐，到醫院檢查才知道是「帶狀皰疹 (Herpes zoster)」。

楊先生說，幾周後，疹子雖已治療得差不多，「但只要抬手，右胸和腹部就會劇

痛，痛久了也不能怎麼樣，只好忍，忍不住就一邊流淚，一邊氣自己，怎麼那麼不爭氣。」帶狀皰疹俗稱叫「皮蛇」或「蛇纏腰」，蛇精上身纏到讓人想了結一生，老來

難逃其苦。去年十二月底，前總統李登輝也罹患帶狀皰疹，身體不適被迫臨時取消行程，在家休養。

水痘病毒潛伏，伺機作怪

「事實上，高達九五%的五十歲成年人，都有罹患帶狀皰疹風險，差別只在於免疫力高、低，病毒有沒有發作而已。」台北榮總高齡醫學中心主任陳亮基指出，帶狀皰疹起因於水痘帶狀皰疹病毒 (Varicella zoster virus, VZV)，只要年輕時曾得過水痘，就代表病毒已躲藏在體內，潛伏於脊髓後根神經節後，它隨時等候人體免疫力下降的時刻，以便恢復活性，伺機發作。

陳亮基說，大部分的水痘都是幼年感染，但症狀在每個人身上卻不一而足，有些人只有輕微感冒症狀，有些人身上僅有五至十顆的小水泡，通常很容易忽略，「體內雖已形成抗體，但是那也僅是個標記，代表你曾得過。」

陳亮基進一步解釋，水痘與帶狀皰疹起因都是同一種病毒感染，雖然幼時曾打過水痘疫苗者，可降低帶狀皰疹發病率，但隨著年齡增長，體內免疫系統會「鬆懈」，建議成人施打相當於「水痘疫苗」十四倍病毒濃度的「帶狀皰疹疫



帶狀疱疹好發於胸部，其次為頭和頸部，通常只發作於身體某側。



誰是帶狀疱疹高危險群？

- **成因：** 由水痘帶狀疱疹病毒引起，感染後病毒埋伏於神經節神經節內，一旦體內免疫力下降就可能會誘發。
- **好發部位：** 皮疹多沿著神經呈帶狀分布，發覺癢癢於身體或臉部單側，好發胸、頸部。
- **高危險群：**
 1. 60歲以上老年人
 2. 過度勞累、精神壓力大、睡眠不足者
 3. 外傷、手術、免疫抑制劑的長期治療
 4. 接受化學治療的高癌症病患

資料來源：陳亮恭醫師、台灣皮膚醫學會



增強免疫力，降低帶狀疱疹後神經痛

- ▶▶▶ 1. 均衡飲食、充足睡眠、適量補充維他命和水分，以增強免疫力
- ▶▶▶ 2. 培養規律的運動習慣，即使只有走路，也可減低疼痛
- ▶▶▶ 3. 戒菸、避免過度飲酒
- ▶▶▶ 4. 避免一日攝取維他命B6超過100毫克



「其實這病可怕的是它的併發症，

併發後神經痛，可能致死

年族群。

者中有將近七成都是五十歲以上的中、老

狀疱疹也有可能在中、老年身上發生，但患

發病狀況與併發症都會明顯升高。雖然帶

風險會罹患帶狀疱疹，且隨著年齡增加，

據統計，曾得過水痘者，有二〇%的

預防帶狀疱疹。

苗」，重新喚醒身體免疫力，才能有效

降低神經痛的嚴重度。」

目前台灣已通過藥證，預計今年將有疫苗上市，可大幅降低罹患帶狀疱疹的風險，即便不幸感染，也能有效減輕其併發症帶來的疼痛、不適感。陳亮恭建議，五十歲以上應優先選擇施打，據國外研究，一六十歲以上施打，比未接種疫苗者發生率低五〇%，且即便發生，也能有效降低神經痛的嚴重度。」

解症狀。

陳亮恭說，「帶狀疱疹後神經痛」通常會隨著皮疹痊癒而減輕，但某些患者的神經痛卻不會消失，可能持續三個月之久，且年紀愈大痛得愈久、愈厲害。目前多以抗痛藥物治療，避免病情加重，有些甚至痛到得做「神經截斷手術」，以緩解症狀。

力、全身倦怠等。

陳亮恭分析，根據臨床經驗，有半數六十歲以上患者會出現「帶狀疱疹後神經痛」，疼痛狀況因人而異，如壓痛、灼痛、抽痛、刺痛等，甚至會對生活造成影響，或引發其他併發症如失聽、肌肉無力、全身倦怠等。

要長。

陳亮恭表示，根據臨床經驗，年長的感染

者，其疼痛的時間，會比年輕感染者來得

如帶狀疱疹後神經痛 (Post-herpetic neuralgia, PHN)，若發生在眼部，嚴重

可能導致視力受損、失明，甚至死亡。」



3人就有1人染 帶狀疱疹痛如電擊

■邱俐穎／台北報導

眼窩莫名疼痛，竟是「皮蛇」爬上眼。一名80歲老翁因單側眼睛刺痛緊急掛急診，一度懷疑是登革熱的眼窩痛，2、3天後眼周出現大大小小的水泡，才發現竟得了俗稱「皮蛇」的帶狀疱疹。

醫師指出，統計顯示每3人就有1人一生中曾罹患過帶狀疱疹，隨年齡增長、免疫力下降，50歲以上中老年族群罹患帶狀疱疹風險大幅提升，

有2/3病例發生在50歲以上族群。

台北榮總高齡醫學中心主任陳亮恭表示，帶狀疱疹是由體內的帶狀疱疹病毒活化引起，凡得過水痘者就有罹患帶狀疱疹的風險，病毒一旦進入人體，就可能潛藏在體內神經系統，若免疫力低弱，就有可能引發帶狀疱疹。

帶狀疱疹5成會發生胸椎附近，但若病毒入侵人體神經或泌尿系統，

恐造成失明、失聰、大小便失禁等嚴重併發症，神經痛也是相當棘手問題；若傷口不慎感染，甚至會引發蜂窩性組織炎。

陳亮恭說，帶狀疱疹所造成的疼痛多會隨疹子痊癒減輕，但某些病患的神經痛會持續數月甚至數年，劇痛影響生活品質，年長者症狀又較嚴重，60歲以上患者出現神經痛比例高達5成。

陳亮恭說，帶狀疱疹初期可透過抗病毒療法治療，及早用藥能縮短疾病急性期、減少併發症，但無法解決神經疼痛問題，而得過帶狀疱疹者仍有約6成會再次復發。

陳亮恭指出，帶狀疱疹未出現水泡前很難察覺、診斷，提醒若民眾皮膚出現發癢、刺痛、發熱，甚至如感冒般全身倦怠症狀，就要提高警覺。目前國內已引進帶狀疱疹疫苗，研究發現能有效降低帶狀疱疹發生率及減緩神經痛問題。

帶狀疱疹的併發症

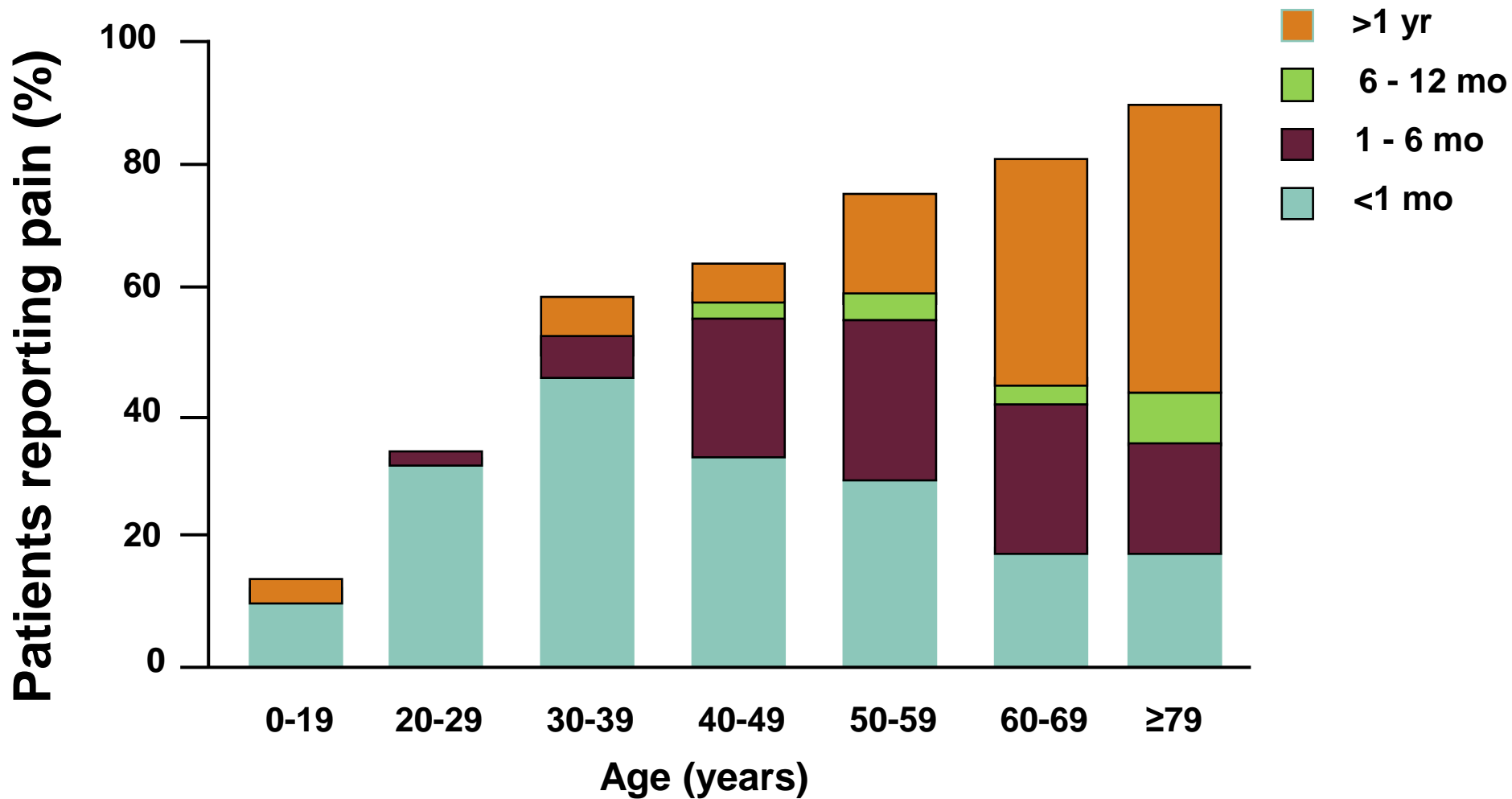
- 4位病人當中就有1位會得到1種或多種併發症
- 對某些人來說，帶狀疱疹會導致長期的神經疼痛，稱為帶狀疱疹後神經痛 (Postherpetic Neuralgia, PHN)



其它的併發症包含：

- 帶狀疱疹病毒眼症(Zoster ophthalmicus)
 - 罹患帶狀疱疹的病人有10-25%會發生
 - 在這些人當中，50-72%的病人會得到嚴重的眼疾及視力退化
- 皮膚細菌感染
- 肌肉無力
- 留下疤痕
- 聽力損失

帶狀疱疹引起疼痛的程度及持續性 與年齡層的的關聯性



帶狀疱疹及帶狀疱疹後神經痛(PHN) 對健康的衝擊

生理層面

- 疲勞
- 缺乏食慾
- 體重減輕
- 行動力下降
- 體能活動不足
- 失眠

社會層面

退縮

孤立

社交聚會次數減少

喪失獨立性

社會角色的改變

心理層面

- 憂鬱
- 焦慮
- 情緒壓力
- 注意力無法集中
- 恐懼感

功能層面

穿著、洗澡、飲食、行動

旅行、烹飪、家務、購物

帶狀疱疹的發生率

台灣：2000-2006

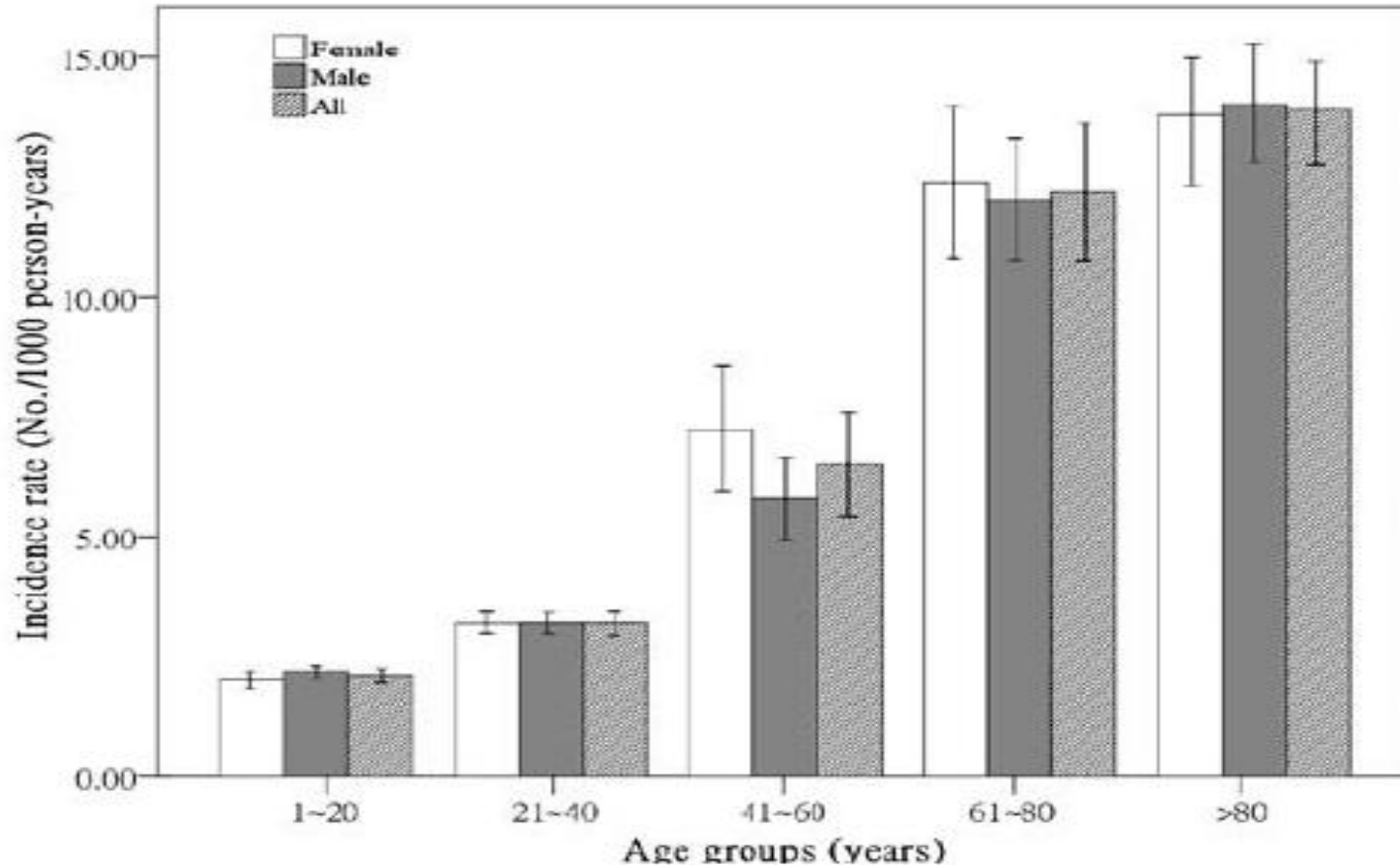


Fig. 1. Age- and sex-specific incidence rate (and 95% confidence intervals) of herpes zoster during 2000 to 2006 in Taiwan.

疱疹病毒侵眼

女險失明

記者蔡彰盛／竹市報導

竹市一名婦人眼睛突然無故逐漸失去視力，到大醫院看診反而更加惡化，幾乎失明，經轉送新竹馬偕眼科，醫師赫然發現她眼部罕見地遭疱疹病毒攻擊，經長期治療、手術後，患者終於重見光明。

新竹馬偕醫院眼科醫師黃松盈說，患者40多歲的女性因雙眼畏光、紅腫痛，好像飛蚊症一樣視力逐漸模糊，起初前往某大醫院施打類固醇，症狀卻急速惡化，竟然伸手不見五指，幾乎快失明。

患者趕緊轉診，黃松盈為她抽取眼部的房水液與血液仔細檢查，經細菌培養赫然發現是疱疹病毒作祟，決定先將病毒殺乾淨，住院兩星期注射點滴抗病毒後，再口服藥物3個月，期間慢慢處理眼

部問題。

醫師發現，這時患者的眼部已經併發視網膜剝離，經手術灌入矽油將視網膜頂回，加上體內病毒已有效抑制，患者視力才慢慢恢復。

黃松盈說，疱疹病毒攻擊眼睛視網膜的案例，臨床上極為罕見，雖然一般民眾都可能或多或少受到疱疹病毒感染，然而只有少數人在免疫力不穩時，會讓病毒趁機躲進感覺神經節，一旦發病，病毒就會再活化並攻擊特定部位。

由於初期症狀不明顯，一般眼科醫師極難分辨出患者眼部是否受病毒攻擊，一旦施予類固醇，反容易造成局部發炎，加速惡化，除非抽取眼部房水液化驗，否則很難察覺是病毒作祟。



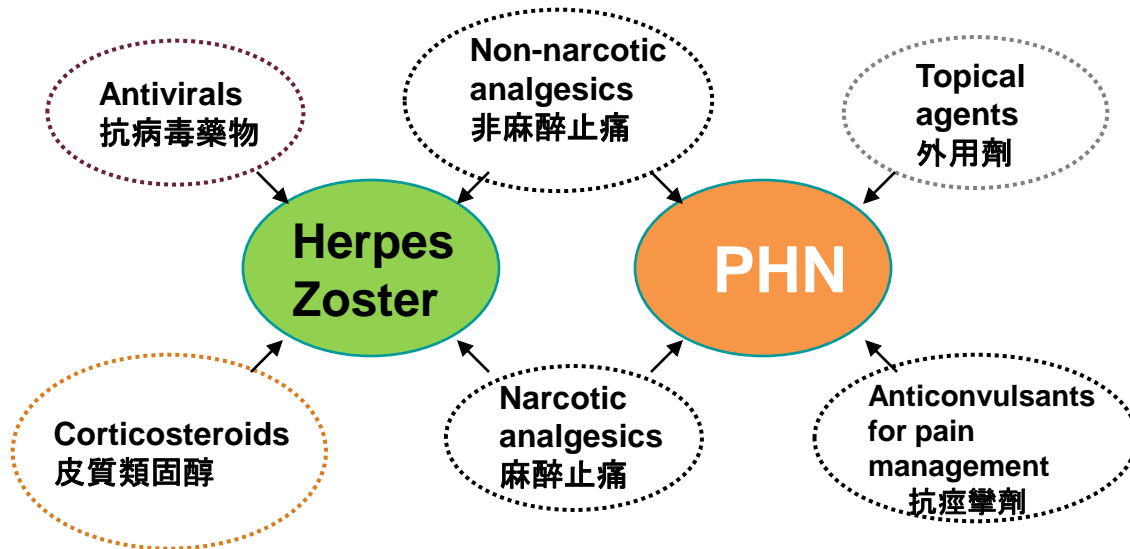
感染帶狀疱疹，甚至可能造成視力、聽力影響，或牙齒脫落、下顎骨壞死等器官病變問題，必須抑制病毒，進行特定器官治療。

(資料照：記者鍾麗華攝)

圖為情境照，圖中人物非本文當事人。

帶狀疱疹治療的困難

- 帶狀疱疹的治療：
 - 通常需要全方位的治療
 - 通常是複雜的
 - 所費不貲



雖然帶狀疱疹後神經痛會隨時間消除，但仍有病患會抗拒所有的治療

- 帶狀疱疹的抗病毒治療應在紅疹出現後72小時內開始，但病患通常會拖過72小時後才就醫

帶狀疱疹及其引起的併發症是可以預防的

疾病衛教

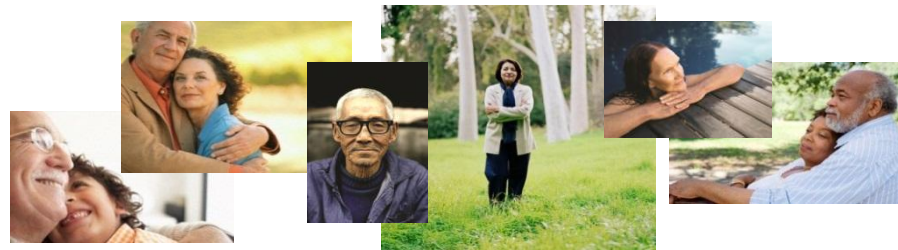
帶狀疱疹疾病的教育

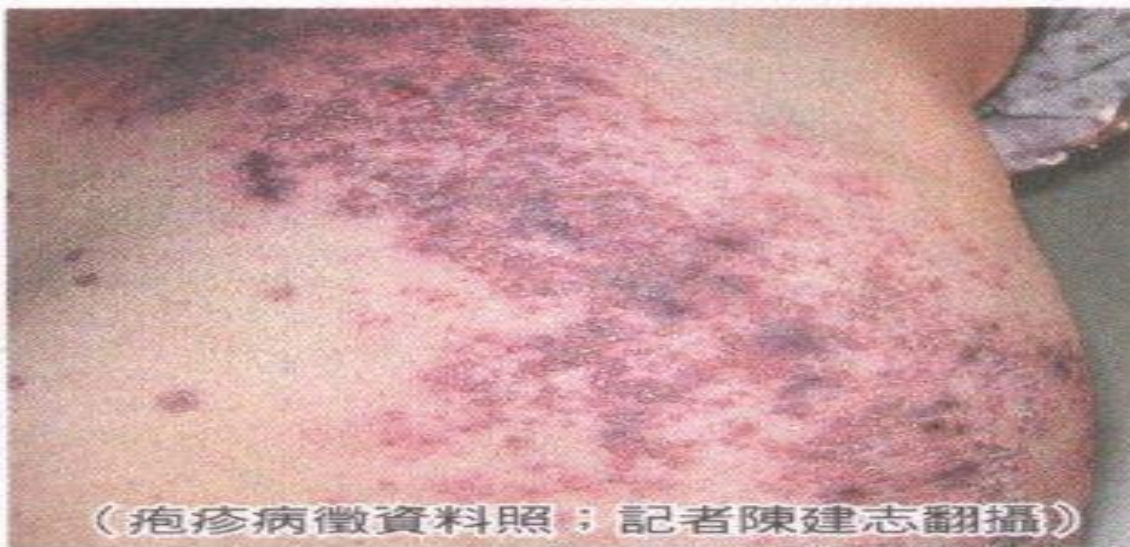
罹患帶狀疱疹的風險意識
，如年齡及併發症

了解預防及治療的途徑

預防

- 施打帶狀疱疹疫苗是一項可用來降低患病的重要方式





(疱疹病徵資料照；記者陳建志翻攝)

預防帶狀疱疹 可打疫苗

帶狀疱疹跟水痘是同一種病毒引起。一般人罹患水痘後，水痘病毒就潛藏在神經系統裡，伺機發病。而患者通常先是感到發癢、刺痛、發熱等，直到皮膚出現一個個小疱疹，才意識到罹患俗稱「皮蛇」的帶狀疱疹。

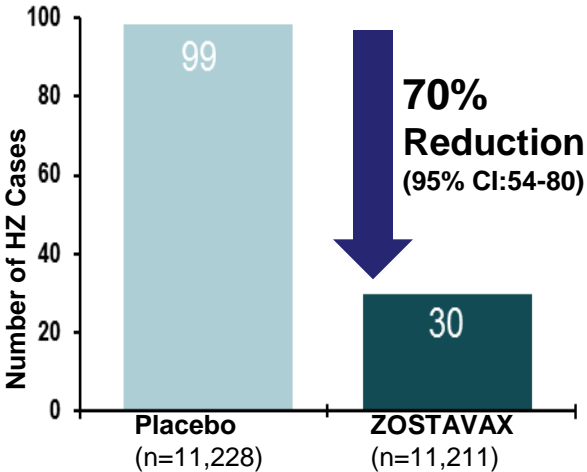
一般人感染水痘後，雖然身體已有對抗病毒的抗體，卻無法根除藏在神經根的水痘病毒。年輕時，免疫細胞可防止病毒蠢動，但一旦因壓力、疾病或是老化等因素，導致細胞免疫力降低，病毒就會伺機作怪。而研究顯示，帶狀疱疹疫苗透過相當於水痘疫苗14倍濃度的技術，激起身體的細胞免疫，達到預防帶狀疱疹。

(洪素卿)

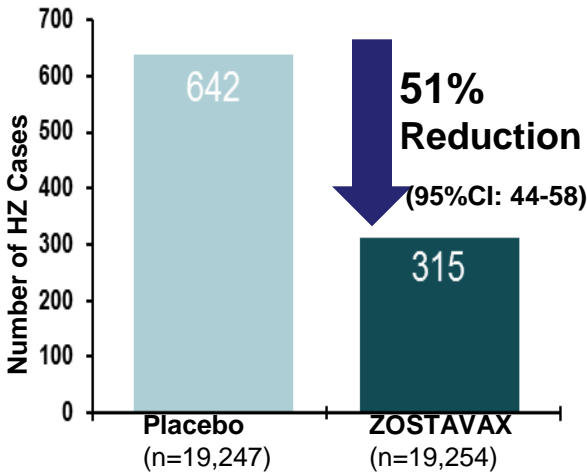
ZOSTAVAX能有效降低50歲以上成人帶狀疱疹的發生率；亦全面減少60歲含以上成人帶狀疱疹後神經痛的發生率

ZOSTAVAX證實能有效降低帶狀疱疹的發生率及減少帶狀疱疹後神經痛的發生

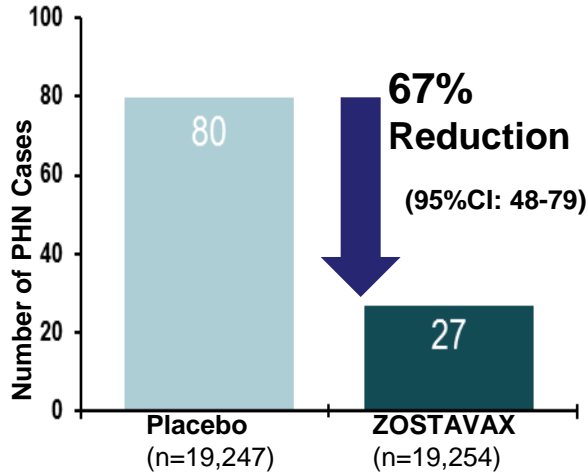
Overall Incidence of Herpes Zoster (HZ) In patients 50-59 y.o.



Overall Incidence of Herpes Zoster (HZ) In patients ≥ 60 y.o.



Overall Incidence of Postherpetic Neuralgia (PHN) In patients ≥ 60 y.o.



1. Schmader, K. Efficacy, Safety, and Tolerability of Herpes Zoster Vaccine in Persons Aged 50-59 Years. *CID*. 2012 p.1-72. Oxman, M.N. A Vaccine to Prevent Herpes Zoster and Postherpetic Neuralgia in Older Adults. *N Engl J Med* 2005 352:22, 2271-84. 3. Merck & Co. World Product Circular ZOSTAVAX. WPC-V211-ZST-R-I-072011. 2011:1-24

PREVENTION IS BETTER THAN CURE !

預防勝於治療！



謝謝聆聽