

令人聞之色變的 帶狀疱疹和 帶狀疱疹後神經痛



撰文◎皮膚科主任 王綺嫻

帶狀疱疹，臨床上會在皮膚出現帶狀分布的群聚狀水疱，看起來像蛇纏在身上，因此俗稱「皮蛇」。由於帶狀疱疹在水疱出現前後可能合併許多身體不適，年紀大的病患還可能伴隨長達半年以上的神經症狀，因此造成許多病患的恐慌。

面對帶狀疱疹，本衛教文章將說明其發生原因、疾病的表現、避免帶狀疱疹後神經痛的方法，以及預防帶狀疱疹的疫苗。

根據臺大分析健保資料庫發表的論文顯示，每年約有六十萬人罹患帶狀疱疹，且發生率和年齡有極大關聯。帶狀疱疹每年每千人的發生率：在五十歲以下的人為3.59位，五十歲到六十四歲的人為9.98位，六十五歲以上則上升到12.81位。最常發生帶狀疱疹的年紀為六十至六十九歲，最常發生帶狀疱疹的時間為每年的七、八月分。





▲帶狀疱疹初期的水疱



▲帶狀疱疹的帶狀分布

帶狀疱疹發生的原因

簡而言之是抵抗力下降。人體T細胞的免疫力隨年齡增加而逐漸下降，使得體內水痘一帶狀疱疹病毒從神經節活化，而發生神經方面的症狀及皮膚的群聚狀水疱，因分布呈現帶狀，因此稱作「帶狀疱疹」。

帶狀疱疹的疾病表現

在水疱出現前，有可能出現單側的神經症狀，如：刺痛、抽痛、痠痛、麻刺或皮膚癢的感覺，也可能合併全身倦怠，類似感冒的症狀，病人因為這些身體不適，可能看了許多不同的科別，卻找不到真正的診斷結果，直到水疱出現時才終於確診。水疱出現後七十二小時內若能及時使用抗水痘一帶狀疱疹病毒的特效藥物，可以有效縮短帶狀疱疹的病程，並減少帶狀疱疹後神經痛的併發症。

避免帶狀疱疹後神經痛的方法

最重要的就是及時使用抗病毒的特效藥及避免使用偏方。帶狀疱疹後神經痛對病患造成非常大的困擾，尤其是老年族群，對這個疾病聞之色變，胸部附近的帶狀疱疹最容易合併帶狀疱疹後神經痛，其他依序為腰部、頸部及薦部。國外的研究顯示罹患帶狀疱疹後三

十天，約有19.5%的患者仍有疼痛的現象；罹患帶狀疱疹後九十天，還有神經痛的比例約為13.7%。這種長時間、不定時、不等程度的疼痛讓病患非常困擾，而且焦慮。年紀大、水疱出現前出現嚴重神經痛、免疫力低下，以及水疱出現超過七十二小時才開始治療帶狀疱疹的患者，有較高的風險罹患帶狀疱疹後神經痛，應該特別小心。

預防帶狀疱疹的疫苗

帶狀疱疹的疫苗在美國上市已經滿十年。在英國的調查，七十到七十九歲的銀髮族，曾施打疫苗者，每年每千人有3.15人發生帶狀疱疹；但未注射疫苗者，每年每千人則有8.8人發生帶狀疱疹。換算起來疫苗的注射對帶狀疱疹的防護力為64%，對預防帶狀疱疹後神經痛的能力為81%。

其他的研究資料顯示，注射疫苗後一年的防護力為70%，第三年防護力則降為45%。目前已經有新型的帶狀疱疹疫苗問世，防護力不會隨時間延長而減弱。在臺灣，目前建議五十歲以上的民眾可以注射新型帶狀疱疹疫苗，但健保未給付，共需注射二劑，二劑間隔二至六個月。孕婦不建議注射帶狀疱疹疫苗，而使用生物製劑和免疫抑制劑的患者若需要注射疫苗，應和醫師討論。

