

一、什麼是水痘

1. 水痘是疱疹病毒傳染的疾病，潛伏期約 10-16 天，常出現在冬、春二季。好發於 10 歲以前的兒童，1 歲內嬰兒因有母體提供的抗體，一般很少發生。感染水痘後的免疫力持續終身。
2. 主要經飛沫及直接接觸感染，接觸患者疱疹水泡亦會感染，傳染期是出疹前 1 天到出疹結痂後 5~7 天。
3. 可能的合併症如：皮膚發炎、水痘性肺炎、猩紅熱、中耳炎及腦炎。
4. 一般僅對皮膚癢、發燒症狀治療。治療發燒絕對嚴禁使用阿斯匹靈，避免引發雷氏症候群併發症。

二、症狀：

1. 前趨症狀：無或時間很短，年紀越小越不明顯。發疹前 24 小時發燒、不適、食慾不振、頭痛。
2. 發疹期：紅疹 → 丘疹 → 水庖 → 膿庖 → 結痂(依序而生)。水疱先出現在軀幹，然後至臉、肩、四肢。疹子分佈成向心狀，軀幹多而四肢少，持續 3-4 天極癢。
3. 結痂脫落後會留下淺而略有粉紅色的凹陷 → 白色 → 無疤痕形成(約一週時間)。

三、護理指導：

1. 臥床休息，補充水分，需要時可服用醫師處方退燒藥物。
2. 口腔亦可能會長水庖，吃東西會痛，可進食軟質易消化的食物。
3. 勤洗手並剪短病童指甲，以免抓破小水泡，引起皮膚發炎。年齡較小兒童可予戴棉手套抓癢，年齡大的兒童可教導按壓方式，不要用手抓癢。
4. 穿上寬鬆柔軟的衣服以維持舒適。
5. 身體癢可給予溫水拭浴或塗上醫生處方的止癢藥。
6. 頭皮內有水庖時會有劇癢，可以洗頭，但不可用力搔抓。

7. 病童如出現高燒不退、不肯進食、嘔吐、極度疲倦或神情呆滯等徵狀，應及早求醫診治。

8. 父母要觀察家中其他兒童是否在傳染期內感染水痘病毒。

9. 病童不應上學，應留在家中約一星期或直至所有水泡變乾、結痂為止，避免把病毒傳染給其他同學。



四、預防方法：

- 預防水痘最有效的方法就是按時接種水痘疫苗。
- 維持良好的個人及環境衛生。
- 保持室內空氣流通，避免長期處於密閉空間內。
- 保持雙手清潔，並用正確的方法洗手。
- 患者應遵循呼吸道衛生與咳嗽禮節。



水痘護理指導

如對護理指導有問題請洽詢
中山醫療社團法人中山醫院
地址：臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號
電話：(02)2708-1166

94.06.制、114.07.檢

現代醫療，傳統照顧