

# 小兒水痘護理指導

## 一、何謂水痘

它是由水痘帶狀疱疹病毒初次感染所造成，不曾罹患過水痘的人都可能受到傳染，大部份發生於3~9歲。若成人罹患病症的嚴重度會增加。

## 二、傳染方式

病人咳嗽或打噴嚏時，病毒會隨著飛沫散播於空氣中傳播。也可能經由直接接觸水痘或帶狀疱疹病患的患部而傳染。

## 三、潛伏期

感染到長出疹子約10~21天，好發於冬季及早春2~3週，一般為13~17天。

## 四、症狀

1. 初期（紅疹出現前1-2天）包含輕微發燒（37.5-39°C）、疲倦、食慾不振、頭痛及肌肉或關節酸痛等症狀，最令人難以忍受是伴隨發疹而來的搔癢。
2. 由軀幹開始漸漸蔓延至臉部、肩部，最後到四肢，出現紅斑→丘疹→水疱→膿疱→結痂→脫落。若有續發性感染或抓破水疱，可能會留下疤痕，通常約於二至四星期內痊癒。

## 五、併發症

1. 皮膚續發性感染。
2. 肺炎、腦炎、小腦性共濟失調。
3. 雷氏症候群：服用阿斯匹靈退燒而引發，嚴重會肝腦衰竭，甚至死亡。

## 六、水痘需隔離？

急性期應採嚴格隔離，在5~6天後大部份水疱結痂且無新水疱出現，即可恢復一般日常生活活動。

## 七、居家照顧

1. 若有發燒則服用醫生所開立之退燒藥，切勿使用阿斯匹靈退燒。
2. 若在家中休養的患者，請勿出入公共場所，以免傳染給其他人。
3. 宜剪短指甲防止抓破水疱，並保持皮膚之清潔，以防引起續發性感染，勿使用太熱的水洗澡，儘可能不要使用肥皂，減少皮膚刺激。
4. 穿著應選擇柔軟、寬鬆吸汗的衣服。
5. 若感搔癢時，可用手掌輕拍皮膚止癢。亦可使用口服抗組織胺藥物

或塗擦止癢藥膏。

6. 水疱若已抓破，依醫師處方塗抹抗生素藥膏，**避免傷口感染**。
7. 若口腔出疹、疼痛不適，則應多喝開水、採溫涼軟質飲食、**避免食用刺激性食物**，少量多餐，可用漱口水漱口，保持口腔清潔。
8. 水痘結痂後，則不具傳染性，待其自然脫落，勿強行將痂皮剝落，以防留下疤痕。
9. 若有意識改變、嗜睡、高燒不退或合併肺炎，應立即送醫治療
10. 按時預防接種疫苗。
11. 進用類固醇，若有長期使用之患孩，應先減至維持量，待水痘治癒後，恢復原劑量。

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康