



## 出水痘，到底什麼時候傳染的威力最大？

### 定義：

水痘是由水痘病毒經由空氣傳染、直接接觸或飛沫傳染所引起的疾病。

### 臨床表現：

潛伏期約11至20天，皮膚出現紅斑、丘疹、水泡和膿泡，在同一時間、同一部位可以看到不同的變化是水痘的特徵。疹子多半集中在軀幹，然後向臉、四肢蔓延。初期可伴隨發燒、倦怠、厭食、腸胃不適等類似感冒的症狀。水痘是一種很容易傳染的疾病，傳染期是從出疹前五天（較常見為1至2天），直到水痘的水泡變乾、結痂為止。結痂後就不會傳染（通常為出疹後五天）。如果成人得到水痘，病情常常更嚴重。

**造成原因：**水痘濾過性病毒

### 結果：

一般人感染水痘通常只是出現紅疹、水痘、發燒、癢與痛等症狀，前後約要1至2週左右，每個人的病情嚴重程度不一樣。對大部分健康的個體而言，水痘並不會產生嚴重的疾病，但是少數不幸的人會有後遺症，如中耳炎、腦炎、肺炎、肝炎，以及皮膚的續發感染，或留下惱人的疤痕。

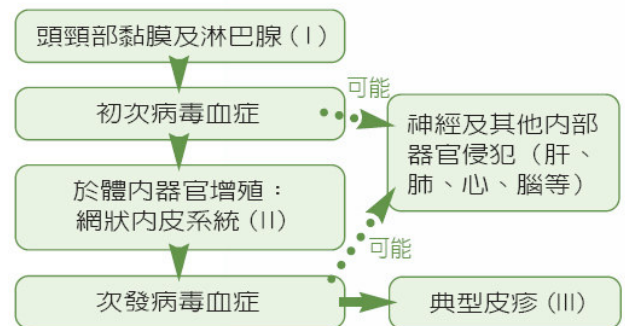
### 要怎麼預防才好？

1. 保持個人及環境衛生，避免到有水痘病患出現的處所。
2. 平時養成勤洗雙手的清潔習慣。
3. 注射水痘疫苗：孕齡婦女接種後三個月內不適合懷孕，以免影響胎兒。

### 水痘的病理發生過程

傳染途徑：飛沫、空氣、直接接觸。

潛伏期14天 (11~20天)





侯叔叔  
健康小叮嚀

## 健康小撇步報你哉：照護方法

### 第一招：多喝水多休息

患者應該多喝開水和多休息，需要時可以服用醫生處方的退燒及止癢藥物。

### 第二招：避免抓破水泡

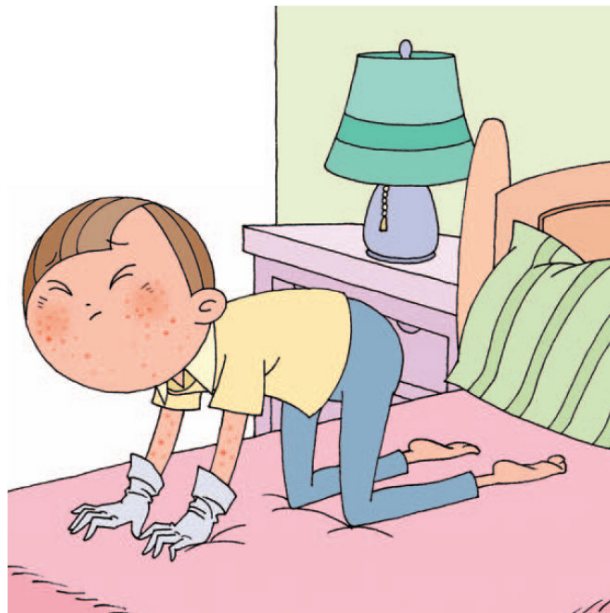
兒童可以穿上乾淨的棉手套或修剪指甲，以免抓破水泡，導致皮膚感染。

### 第三招：避免去公共場所

感染水痘的患者不該到公共場所，應留在家中約一星期或直到所有水泡變乾、結痂為止，以免把病毒傳染給其他人。

### 第四招：退燒藥的使用

退燒藥不可使用「阿斯匹靈」的退燒藥，以免併發雷式症候群。



資料來源：衛生署健康達人 125（民眾自我照護手冊）

#### 本週報訂閱方式

若您想定期獲得本週報的電子報，請於本署首頁(<http://www.doh.gov.tw>)，輸入您個人的電子郵件並按上訂閱。即可定期收到本週報，同時也歡迎推薦給親朋好友。

行政院衛生署 衛生教育推動委員會  
地址: 100 台北市愛國東路 100 號 電話: (02)23210151 轉 140-142、627、621、273

您對本週報如有任何建議，歡迎[聯絡我們](#)

第 4 頁



健康報馬仔S 衛生教育推動委員會 貼心製作