

# 避免「皮蛇」纏身的最好方法

文/家庭暨社區醫學部 顏啟華 主任

帶狀疱疹，俗稱「皮蛇」，在台灣平均每3個人就有1位在一生中會發生帶狀疱疹，尤其好發於40歲以上族群。帶狀疱疹是因水痘帶狀疱疹病毒引起，人體在感染水痘痊癒後，病毒並未被殺死，而是潛伏在背根神經節或腦感覺神經節中，直到免疫力下降時，病毒再度活化即引起帶狀疱疹，所以感染過水痘的人都是帶狀疱疹的高危險群。台灣的流行病學調查，九成以上的人都已得過水痘，只是沒有印象，而年紀大的老人，或是抵抗力較差時，帶狀疱疹便會伺機發作。

帶狀疱疹侵犯部位沿著神經節分佈，其中以胸部最為常見。其他如腰部、頭顏面三叉神經分布區域、頸部、生殖器部位等也常見。除患部極度疼痛及感染外，更易形成許多併發症。統計約10%至25%的帶狀疱疹患者為眼部帶狀疱疹，可能合併視力模糊、結膜炎，嚴重者恐失明；其他部位感染也可能造成排便、排尿困難、運動神經元麻痺、肺炎、腦膜腦炎等症狀。甚至台灣民俗一直有「皮蛇纏身一圈會死人」的觀念。但其中最惱人的後遺症，應該就是帶狀疱疹後神經

痛(post-herpetic neuralgia, PHN)。

帶狀疱疹在治療後，雖然身上的傷口已經痊癒，但是神經疼痛卻常常會持續疼痛3個月到1年之久。「青蛙王子」高凌風在去年底也被帶狀疱疹所苦，因為疱疹造成的傷口，加上又壓迫三叉神經，讓他不時的有刺痛感，因此他看遍中西醫，也嘗試民俗療法，他表示「太痛了，沒生過這病的人真的不懂」。帶狀疱疹後神經痛疼痛時間與年齡成正比，且這個危險性及嚴重性會隨著年齡的增加而逐年提高，年紀愈大的患者疼痛持續愈久，對中老年病患造成嚴重生活困擾。由於治療成效不佳，許多患者痛不欲生，痛到想撞牆，根據國外研究，70歲以上老人因慢性疼痛而自殺者，帶狀疱疹後神經痛是第一名。

帶狀疱疹所造成的重大疾病負擔，其耗費的社會成本及個人家庭經濟負擔亦十分鉅大。所幸，預防帶狀疱疹目前已發展出有效的新方法。帶狀疱疹活性疫苗是已核准的帶狀疱疹的唯一預防選擇，2006年在美國核准上市，這代表50歲以上成年人



在預防帶狀疱疹的一大福音，上市以來已施打超過1600萬劑。台灣在去年才爭取上市，衛福部核准施打對象是50到79歲的成年人。根據研究，可以有效降低50-59歲成年人70%的帶狀疱疹罹病率；對於60歲以上的民眾，帶狀疱疹活性疫苗也可以降低約51%的帶狀疱疹罹病率。除此之外，對於帶狀疱疹後神經痛(post-herpetic neuralgia, PHN)的發生率，也可以減少67%。根據臨床顯示，帶狀疱疹疫苗已經被證明是可以安全且有效的預防帶狀疱疹的疫苗，可以使得大眾免於處在罹患帶狀疱疹的恐懼之中。

民眾過去常誤解，帶狀疱疹一輩子只長一次，事實上這是錯誤的，統計女性帶狀疱疹的復發率為7.2%，而依據臨床研究，即使已經罹患過帶狀疱疹，施打這種預防疫苗仍然有效。所以對於年長者預防帶狀疱疹最好的方法，還是依醫囑施打帶狀疱疹疫苗。基於以上的實証，美國及加拿大疾管局皆建議60歲以上的民眾應例行性及主動地施打一次帶狀疱疹疫苗。

新的帶狀疱疹疫苗，除了可以有效降低帶狀疱疹的發生率及帶狀疱疹後神經痛之外，亦可降低社會因疾病所造成之整體成本及個人家庭經濟負擔，提升良好之生活品質。本院致力提升民眾健康，率先引進帶狀疱疹疫苗以符合民眾健康需求，歡迎有興趣的民眾主動與醫護人員洽詢。



帶狀疱疹沿皮節神經分佈  
(照片來源：Dermnet Herpes-zoster-116)



侵犯三叉神經的帶狀疱疹  
(照片來源：Photo Researchers/ SciSource\_SA3886\_RM)