

# 認識水痘

## 一、水痘簡介

水痘為水痘帶狀疱疹病毒引起之高傳染性疾病

## 二、傳染方式

- 皮膚直接接觸
- 接觸到得帶狀疱疹患者之水疱
- 飛沫
- 空氣傳染



## 三、潛伏期

2-3 週(13-17 天)

## 四、可傳染期

水痘傳染力極強自**出疹前 5 日起**~**第一批水疱出現後 5 天之間都具有傳染力**。

## 五、症狀初期(紅疹出現前 1-2 天)

- 輕微發燒(37.5-39°C)
- 疲倦
- 食慾不振
- 頭痛
- 肌肉或關節痠痛



## 六、症狀中後期

皮膚出現紅疹，漸發展成紅丘疹、水泡疹、膿泡疹而後結痂，由臉、頭皮往軀幹四肢延伸，全身性皮炎逐漸快速顯現隨後變成水疱，最後

留下粒狀痂皮 ( 通常約於二至四星期內痊癒 )，**需至全身水疱都結痂才不具傳染力。**



紅疹



丘疹



水疱



結痂

## 七、該如何預防及避免水痘傳染

1. 水痘患者：**落實生病不上課，身體不適及早就醫，應請假在家隔離休養**，暫停所有課外學習活動(如:社團、補習班、團體活動等)及避免出入人口密集機構，**直到全部水疱結痂!並由醫師確認無傳染性，方可返校上課**，可傳染期間請減少出門，必要外出時請**全程戴口罩、手套及穿著長袖衣褲**。
2. 水痘患者應避免接觸高危險群：**孕婦、嬰幼兒、免疫功能低下者**。
3. 培養良好生活習慣：維持個人及環境衛生、勤洗手，規律生活作息。
4. 接觸者監測：**須密切自我監測健康狀況 21 天**，如出現相關症狀，應立即戴口罩、穿長袖、戴手套，前往就醫，就醫時請告訴醫師有水痘接觸史。
5. 環境及清潔：保持**室內環境通風**，避免長時間處於密閉空間內，使用 500ppm 漂白水(1C.C.漂白水：100C.C.清水)或 75%酒精清潔，如:桌、椅、門把等。



### 正確洗手 保健康

- ✓ 使用肥皂或洗手乳洗手
- ✓ 搓手至少20秒
- ✓ 洗完用手帕或衛生紙擦乾
- ✓ 雙手不任意碰觸眼、鼻、口

### ●咳嗽禮節

打噴嚏時，請遮口鼻！

打噴嚏還在用手遮口鼻嗎？小心！沾染病菌後，卻沒有立刻清洗的雙手，還可能繼續將病菌傳播給更多的人。

其實你有更好的選擇！打噴嚏或咳嗽時，

- ✓ 請以手帕或衛生紙遮住口、鼻
- ✓ 若來不及，請以衣袖代替，降低病菌傳播機會



## 八、接種水痘疫苗

目前預防水痘最有效的方法就是接種水痘疫苗(自費)。

1. 不具水痘抗體者可於暴露後 **72 小時內** 接種水痘疫苗，**最遲於 5 天內** 接種仍有 7 成保護力，減輕疾病嚴重度。
2. 打一劑水痘疫苗保護力約 **86%**，**未曾接種疫苗且未得過水痘者**，應接種兩劑，兩劑間隔**四至八週**，成人接種兩劑後 **95%** 可以產生抗體。
3. 成人仍有部份於接種疫苗後**感染水痘**，但感染後的症狀較為**減輕**。
4. 疫苗的保護力會隨年紀增加而持續下降，**無法持續終生**，效期過後可考慮再度接種。
5. 曾感染水痘者，不需再接種水痘疫苗。



水痘傳染性高，  
罹病時應適當隔離，  
以預防感染

## 九、治療

1. 目前已有抗病毒藥物可以有效治療水痘 ( 如：acyclovir、famciclovir 或 valacyclovir )，請立即就醫治療。
2. 確診水痘或疑似症狀請通知【健康中心】。
3. **有疑似症狀→帶口罩、著長袖衣褲→盡速就醫。**



### 保持教室通風



### 肥皂勤洗手

- 吃東西前
- 上廁所後
- 玩遊戲後



## 保持衛生好習慣 快樂學習好健康

### 落實呼吸道衛生

- 咳嗽打噴嚏掩口鼻



### 生病在家休息



# You Can Still Get “Chickenpox” as Adult

Do you have misconceptions about chickenpox?

**Q1** People with chickenpox will not spread the disease as long as they do not touch others?

Chickenpox is transmitted through **aerosol, air or direct contact**.

An infected individual remains infectious **from 5 days before the blister rash appears until the blisters have crusted over**.



**Q2** Once you have had the vaccine, you are immune from it for life?

The immunity offered by the vaccine **does not last a lifetime**.

The vaccine immunity **wanes as you age**.

Children aged between **4 and 6 years** are recommended to receive the **second dose** of chickenpox vaccine at own expense.



TAIWAN CDC



[www.cdc.gov.tw](http://www.cdc.gov.tw)

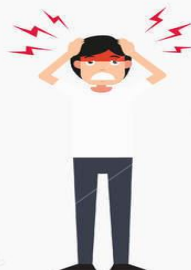


Follow Us on Facebook  
[www.facebook.com/TWCDC](http://www.facebook.com/TWCDC)

Communicable Disease Reporting : **1922**  
and Consultation Hotline

廣告

## CHICKEN POX SYMPTOMS INFOGRAPHIC



**HEADACHE**  
dolor sit amet consai  
lorem ipsum ectetur



**FEVER**  
dolor sit amet consai  
lorem ipsum ectetur



**COUGH**  
dolor sit amet consai  
lorem ipsum ectetur



**RASH**  
dolor sit amet consai  
lorem ipsum ectetur



**GASTRIC DISCOMFORT**



**AIRBORNE INFECTION**



**DOCTOR**



**VACCINE**

## TREATMENT



Download from  
**Dreamstime.com**  
This watermarked comp image is for previewing purposes only.

ID 94652611

Jehsombwang | Dreamstime.com

# CHICKEN POX INFOGRAPHICS

## SYMPTOMS



Vaccine



Rash

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam.



Cough

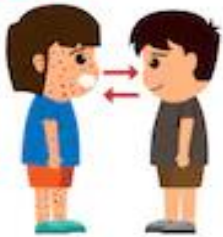


Headache



Fever

## RISK



Airborne Infection

## TREATMENT



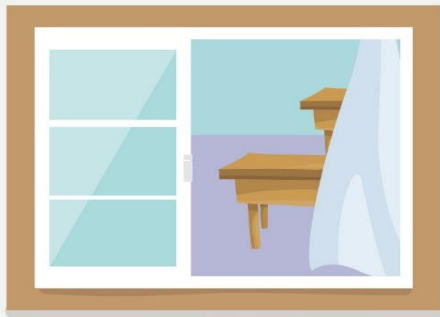
Separation of Patients



See a Doctor

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua. Ut enim ad minim veniam.

### Maintain proper indoor ventilation



### Wash hands with soap

- Before eating
- After going to the toilet
- Before and after seeing a doctor



Maintain good hygiene and good habit, work happily and live healthily

### Fulfill respiratory tract hygiene

- Cover mouth and nose when cough or sneeze



### Stay home when you are sick



英文  
衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC 告