

水痘群聚事件接觸者自主健康監測注意事項

108.9.27

※ 什麼是水痘？ 傳染途徑有哪些？

水痘是一種極具傳染性的疾病，特別是在發疹早期傳染力相當強，根據研究顯示，家中有水痘病患時，家庭中的二次侵襲率高達 85%-90%。

它主要可經由皮膚直接接觸、飛沫或空氣傳染，接觸到帶狀疱疹患者的水疱，也可以造成傳染。此外，也可經由被水疱液和黏膜分泌物污染的器物而間接傳染。痂皮則不具傳染性。

※ 水痘的潛伏期有多久？ 若我發病可能會出現什麼症狀？

水痘的潛伏期範圍為 10-21 天，接觸後的 14-16 天是發病高峰。發病初期在紅疹出現前的 1-2 天會出現輕微發燒（37.5-39°C）、疲倦、食慾不振、頭痛及肌肉或關節痠痛等症狀，之後開始出現紅疹，並逐漸發展成紅丘疹、水泡疹、膿泡疹，最後結痂痊癒。水痘在身體的分布，是由臉、頭皮往軀幹四肢延伸，之後全身性皮炎逐漸快速顯現並變成水疱，最後留下粒狀痂皮（通常約於 2 至 4 週內痊癒）。成人得水痘可能會有更嚴重的全身症狀，且有較高風險引發併發症。水痘併發症的致死原因，成人以原發性肺炎，小孩以敗血症和腦炎較常見。

※ 水痘的可傳染期有多久？

出紅疹之前 5 天開始（通常為前 1-2 天）就已具有傳染力，因此尚未發病的水痘接觸者具備有傳染給週邊的人之可能性，一直要到所有病灶都結痂為止，才沒有傳染力，其中在病人出現水痘疹前之際的傳染力最高。

※ 在自主健康管理期間我有沒有可能傳染給週遭的人？ 該怎麼做才能保

護自己及週遭的人？

由上一點可以知道與個案有接觸，即使是在他發病前自己仍有可能被感染，而自己被傳染以後尚未發病前，也有將疾病傳播出去的風險。故為了維護自己及親友、同事的健康，請在與水痘個案最後 1 次接觸日起往後推算 21 天內，確實做好以下的健康監測及防護措施：

- 接觸者應維持良好的個人及環境衛生，以正確方式勤洗手，並採取自主健康監測 21 天，若有使用免疫球蛋白（IVIG）者，則需延長健康監測至 28 天。
- 自主健康監測期間，應盡量避免接觸水痘併發症之高危險群，如小於 1 歲之嬰兒、孕婦、癌症及免疫低下或缺陷者。
- 出門宜佩戴口罩，盡量避免出入密閉之公共場所。
- 如出現發燒、紅疹等疑似水痘症狀時，若需要就醫治療，則應全程配戴口罩並穿著長袖衣物。為使儘速康復及避免傳染給他人，應請假在家休養，直到全身的水疱均完全結痂變乾為止。

※ 當水痘群聚是發生在校園等機構時，應注意那些事項：

- 校方應提供充足且適當之洗手環境，包括：潔淨之廁所與洗手設備，以及提供肥皂、洗手乳等洗潔劑。
- 保持教室清潔與通風，避免室內人數過於擁擠，應維持寬敞空間。
- 共用之玩具、遊樂設施要經常保持清潔。
- 學童如出現疑似水痘症狀，應儘速就醫或在家休養，直到所有病灶均結痂為止。
- 時時注意學童健康與請假情況，如有異常現象，應與教育單位、衛生單位保持密切聯繫。
- 癌症、免疫功能低下、孕婦及嬰兒等高危險族群，應避免接觸個案，已有被感染之虞時，請迅速就醫評估是否需採用水痘疫苗或免疫球蛋白等暴露後預防措施。
- 曾施打水痘疫苗者仍可能感染水痘，其病程較短（4-6 天），水疱數約 50 顆以下且症狀表現溫和，雖然感染後臨床症狀較不典型，但此類患者的傳染力約為未曾接種疫苗患者的 1/3，若水疱多於 50 處，則傳染力與未曾接種疫苗患者相似，罹病期間仍應與他人區隔，不宜忽視。

學務處健康中心 關心您的健康