



令人聞之色變的 帶狀皰疹後神經痛

許多人常常看到身上出現疹子就會擔心是帶狀皰疹(皮蛇)，為何帶狀皰疹會讓人們如此擔心及害怕？原因就出在帶狀皰疹後神經痛這個後遺症。

文 / 羅陽

國泰綜合醫院皮膚科主治醫師

帶

狀皰疹，外觀上就是數個水皰沿著皮膚節擴展，最常影響的是胸椎，通常在接受抗病毒藥後就漸漸不會有新的水皰，水皰也會漸漸乾掉，皮膚大致也都能復原得不錯。帶狀皰疹後神經痛是指皮膚結痂癒合後，但仍因病毒在急性期使神經纖維損害較厲害，導致神經異常放電而持續疼痛的問題。據研究統計，有5%-30%的病人在帶狀皰疹後會出現帶狀皰疹後神經痛。跟一般疼痛相比，感覺會更不舒服，原因出在此等感覺不一定是用「痛」來表現。許多人會表示灼熱火燒感、深沉疼痛感、劇烈刺癢感、有電流的感覺、觸摸痛(如衣服摩擦或風吹等輕微觸碰感也會引發劇痛(allodynia)，甚或出現特殊感覺，如有昆蟲在攀爬或明明沒有人觸碰，但就是感覺有人在碰病灶等怪異感覺)。由於疼痛是會一陣一陣抽痛，且不定時的，故許多患者表示此種神經痛會導致睡眠品質極差(太痛睡不著或擔心會痛醒而會有壓力等)、影響上班狀況，進而會惡性循環影響到心理，造成身心壓力加大，甚或出現憂鬱、不喜歡外出或交際、影響進食，進而體重減輕的情形。帶狀皰疹後神經痛可能持續數個月，甚至數年，造成許多人痛不欲生，是帶狀皰疹最讓人困擾的後遺症。

帶狀皰疹後神經痛在高齡族群的機率上會更高，危險因子包括女性比起男性較容易會出現帶狀皰疹後神經痛、大於50歲、病灶大於50個(或大面積受影響)、病灶在頭或尾椎、出現出血狀的病灶及



前驅期疼痛等。若患者有免疫不全或癌症病史、接受器官移植、使用免疫抑制劑等狀況也容易讓帶狀皰疹的情形變得較嚴重。一般來說，小於50歲免疫正常的患者，出現帶狀皰疹後神經痛的情形很少超過3個月。反之，大於60歲的患者，有超過10%的患者神經痛會持續超過3個月。

帶狀皰疹後神經痛的治療包括普拿疼、非類固醇消炎止痛藥(NSAID)、抗癲癇類藥物、嗎啡類藥物、三環抗憂鬱劑及疼痛貼片等。一般來說，一般性消炎止痛藥普遍療效不佳，抗癲癇類藥物及三環抗憂鬱劑則能有不錯的療效，但部分的藥物會有疲倦、暈眩或走路不穩之副作用。若仍無法控制其疼痛，則需考慮至疼痛科門診接受進一步諮詢。外用抗生素藥膏並無證據顯示可治療神經痛，不過對於輔助皮膚表面傷口癒合及避免繼發性細菌感染仍有其功效。外用皰疹藥膏則僅對治療單純皰疹有效，對於治療帶狀皰疹後神經痛是完全無療效的。研究顯示，急性期積極控制疼痛也能預防疼痛慢性化，此外施打帶狀皰疹疫苗除了能預防帶狀皰疹出現，更能有效降低帶狀皰疹後神經痛的比率。適量補充維生素B群及鋅等微量元素，有修復神經的效果。

若出現帶狀皰疹的症狀(例如疼痛紅疹沿著皮膚一個區段)務必儘早就診，在黃金72小時內給予抗病毒藥能更有效抑制病毒複製，縮短病程；若大於50歲且有慢性病史，則可考慮施打帶狀皰疹疫苗，來預防帶狀皰疹的出現。以上皆可對預防帶狀皰疹後神經痛能有幫助。若有帶狀皰疹後神經痛的患者則更需要積極就診接受治療，擁抱更良好的生活品質。