

早期识别带状疱疹很重要

■ 张敏 杨燕梅（云南省中医医院疼痛科）



魏宇 / 绘

带状疱疹是一种由水痘-带状疱疹病毒引起的感染性皮肤病，90%以上的成人體內都潜伏着水痘-带状疱疹病毒，约1/3的人一生中至少会患1次带状疱疹。及时识别和治疗是控制带状疱疹及其后遗症的关键，可以有效减轻症状、促进康复并减少并发症。

警惕早期症状

1. 疼痛或刺痛感：在皮肤上可能出现轻微的刺痛、灼热感或痒感，通常出现在皮疹前的几天。
2. 皮肤发红：异常部位的皮肤轻微发红。
3. 过敏或灼热感：异常部位出现过敏反应或轻微的灼热感。
4. 疱疹前驱症状：出皮疹前，可能会有一段时间出现疱疹前驱症状，包括局部疼痛、刺痛、瘙痒感或麻木感。
5. 全身不适：发作初期出现全身不适

症状，如头痛、发热、乏力等。

这些早期症状会因人而异，且不同患者的症状表现也会有所不同。

早期防范措施

1. 就医诊断：尽快就医，由医生进行专业诊断确认是否为带状疱疹。
 2. 避免接触：就医前避免与未接种水痘疫苗的人接触，以防病毒传播。
 3. 保持清洁：保持带状疱疹部位干燥清洁，避免摩擦或刺激，以防继发感染。
 4. 注意疼痛管理：如有疼痛或不适感，可在医生指导下使用止痛药物，以缓解症状。
 5. 遵循医嘱：医生会根据诊断结果给出相应的治疗建议，包括药物治疗和护理措施，请严格遵循医嘱。
 6. 监测症状：在治疗过程中，密切监测症状变化，如有病情恶化或出现严重并发症，应及时就医寻求专业帮助。
- 带状疱疹不可怕，确诊后需要遵循医嘱规范用药，保持积极的生活方式，同时建议患者清淡饮食、营养均衡、加强锻炼。50岁以上人群进行疫苗注射，可为接种者提供90%的保护效力。🏠