生蛇一圈會死?

生蛇也就是醫學上指的帶狀疱疹，帶狀疱疹會令皮膚出現「帶狀」分佈的小水泡，生蛇的患者會經常感到劇烈疼痛。中國有個古老傳說指，如果「生蛇」纏著肚子或在頸項生成環繞一圓圈就會死亡，其實在醫學上並無根據。

因為人體的感覺神經從脊髓開始後，是左右分開的，即左邊的神經只管左半邊的皮膚，右邊的神經只管右半邊，所以帶狀疱疹的皮疹都會在身體同一邊，雖然曾有醫學研究統計約有 2%至 10%的患者，帶狀疱疹長在神經以外的地方，或是有超過一個神經受侵犯，但醫學報告上還不曾有病例是在皮膚上繞身體一圈的帶狀疱疹，更沒有因此而死亡的病例，所以民間傳說的生蛇環繞身體一周就會死亡的說法，屬無稽之談。

什麼是帶狀疱疹?

帶狀疱疹是由水痘帶狀疱疹病毒在人體內的神經節內，複製及再度活化所引起的疾病，當第一次感染此病毒時，會出現發燒及全身長水泡等症狀，也即是出水痘。當水痘痊癒後，病毒躲在人體內的感覺神經節內，可一躲數年至數十年，當患者因勞累、失眠、感冒或年老等造成免疫力下降時，躲藏神經內的病毒開始大量複製及沿神經散佈。

徵狀是最常見腰、胸、背的表皮神經線受感染，有時可感染手、腳、面等。每次發作，通常是一條神經線受感染,所以只會是身體的左邊或右邊受感染部位首先會出現痕癢或微痛的疹，然後形成水疱，再蔓延至帶狀，然後水疱潰破或萎縮，乾傳後结痂，為期十數天，但之後的神經線痛可持續三星期，和患者有密切接觸即可能受感染成水痘。

此病多發於中老年人，近年臨床上亦有很多青年人受感染，當自身抵抗力下降時病毒便會有機可乘。 常熬夜、壓力大、體質虛弱人群容易生蛇，以往帶狀疱疹多發生在老年人身上，現在很多中青年人應酬多、煙酒無度、飲食不規律、熬夜、缺乏運動、工作緊張等，導致免疫系統功能減弱，加上季節交替，氣溫忽高忽低，就容易讓病毒有機可乘患上帶狀疱疹。此外，感冒後、糖尿病患者、腫瘤患者也較易引起帶狀疱疹。所以，當氣候乾燥時要注意多補充水分，多食用蔬菜和水果攝入維生素 C，減少工作壓力，不要熬夜，減少煙酒，加強鍛煉。對於身體健壯的人來說，一般不會被傳染，但對於體質虛弱的人，如嬰兒、老年人、孕婦，還是盡可能避免近距離接觸。

年紀越大越疼痛

當病發時患者會出現局部灼熱等神經發炎現象，大約經過三至五天後，皮膚開始出現帶狀分佈的紅疹，很快變成聚集性的小水泡，再形成膿疱、結痂，約兩至三周後癒合，在這段期間患者會有不同程度的疼痛，通常年紀越大疼痛越厲害。帶狀疱疹可生在臉部的三叉神經，病毒有可能影響眼部造成結膜炎、角膜炎甚至葡萄膜炎而導致失明，需要特別小心。

帶狀疱疹一般不會有致命危險，但對於癌症或是愛滋病這類免疫力極度不全的患者，帶狀疱疹卻可以很危險。患者在病發初期可服用抗病毒藥物，其間輔以止痛藥及止痕藥膏紓緩不適。

香港脊骨神經科醫學院基金於今年 7 至 9 月訪問 970 人，發現逾 85%過去 5 年有肩頸痛，40%每數個月便復發一次，29%有長期疼痛；在 18 至 35 歲組群中，更有 26%長期疼痛，42%數月復發一次，高於其他年齡組群。調查機構指肩頸痛可致胸痛、作嘔、手臂麻痺等，建議多做伸展運動作紓緩。

帶狀疱疹後神經痛重在預防

帶狀疱疹的紅疹一般都會逐漸消退，而發作前後時期都會有不同程度的疼痛，這種疼痛會隨着病情變化而可能加重。若是疱疹消失後疼痛仍未消除，此時病毒可能已經入侵神經進行破壞。當神經損傷後便會出現帶狀疱疹後遺神經痛，這種疼痛很麻煩，因為神經破損後一般不易修復，症狀表現為局部陣發性或持續性的灼痛、針刺痛、刀割痛，晚上加重，疼痛可以很劇烈，嚴重影響病人的生活質素。所以，最好的方法就是在疾病發生前要預防帶狀疱疹的發作，即使帶狀疱疹發生了便要立即積極治療，不要延誤。否則，當病毒破壞了神經，形成不可逆轉或難治的情況，便會後悔莫及。

資料來源：蘋果日報、文匯報

內容只供參考