



帶狀疱疹（生蛇）是一種普遍但嚴重影響生活的疾病。香港超過九成成年人帶有水痘病毒，一旦免疫功能下降便有機會生蛇，有研究指每3個人就有1人生蛇，患者會出現疱疹及劇痛，甚至引發後遺神經痛及併發症。疫情下市民面對各種壓力，亦令生蛇風險大增。要減低生蛇發病率可透過疫苗預防，但現時政府未有計劃為市民提供生蛇疫苗，故最近有團體倡議政府將「蛇針」納入疫苗接種計劃，免費為50歲或以上人士接種。

疫下壓力大 打針防生蛇

50歲以上屬高危 團體倡免費接種

朱偉星(右二)認為接種生蛇疫苗有急切性。

長期關注疾病預防工作的家庭醫學專科醫生朱偉星、銀騎士聯合創辦人林淑華、香港藥學服務基金主席蔣秀珠藥劑師早前於記者會分享疫情下長者生蛇的風險及預防、簡介預防生蛇疫苗，以及政府為市民接種生蛇疫苗的建議。

50歲以上人士屬高危一族，因年紀漸長，免疫力下降，容易誘發生蛇。據美國一項研究指出，與未被診斷患有新冠的人相比，50歲或以上確診者患生蛇的風險高15%，而在新冠診斷後長達六個月內，生蛇的風險亦增加。

朱偉星指，在第五波疫情下，按政府公布數字，50歲以上累計約52萬人曾染疫，約佔感染人口一半，他們或因免疫力下降而令生蛇風險上升。生蛇患者初期病徵不一定明顯，求診時往往已經錯過72小時黃金治療期，之後甚至會導致後遺症及併發症。他表示大部分病人不了解生蛇可靠接種疫苗預防，亦未必會主動打疫苗，但現時大多數成年人都曾生水痘，加上人口老化及壓力等因素影響，他認為接種生蛇疫苗有急切性。

中年人亦是罹患生蛇的高危群組，據政府統計處數據指出，2021年45至64歲勞動人口約164萬，佔整體勞動人口42%。再者，這個年齡層的市民是家中經濟支柱，如不幸生蛇，大多數會持續3至5星期，對家庭收入有嚴重影響。

醫療券不足以全額支付

林淑華認為，政府要加強公眾教育，喚起市民接種生蛇疫苗的重要性。她續指，現時市民須自費於私營市場接種生蛇疫苗，意味基層市民無法受惠，即使有能力的市民亦未必有誘因去接種，若政府能為市民提供資助或免費生蛇疫苗，將可加強對市民的保護。多數生蛇的是中老年人，雖政府已向他們提供醫療券，但每年只有2,000元，而坊間疫苗大多由1,000至5,000元不等，醫療券或不足以支付全額費用。

她指現時不少國家如澳洲、加拿大、美國、英國等，已為國民提供不同形式的生蛇疫苗資助。以加拿大為例，

安大略省(Ontario)自2016年起資助65至70歲人士接種生蛇疫苗。她建議政府參考並檢視現有的疫苗接種計劃，逐步為50歲或以上人士免費接種疫苗(見表)。

2021年年中本港50歲以上約有320萬人口，若以三分之一市民一生中至少患上一次生蛇的比例推算，估計香港或有逾百萬位生蛇患者，而患者中有多達30%會出現長期神經痛症狀，即約30萬名患者或出現嚴重後遺症。藥劑師蔣秀珠認為，生蛇雖可醫治，但更應及早預防，因此呼籲市民要注射生蛇疫苗。另外，在日常生活中，也要避免免疫力低下，最好是保持充足睡眠，多運動等。

保持健康生活習慣是預防生蛇不二法門。



皮膚長出痕癢刺痛的紅疹和水泡，對患者日常工作及生活帶來困擾。

宜納入疫苗接種計劃

- 1. 短期：**政府可就生蛇疫苗資助進行效益評估及可行性研究，包括受惠的組群和資助模式等，並檢視現有疫苗接種計劃。
- 2. 中期：**亦可按研究結果，考慮以公私營合作模式推行先導計劃，可先為50至64歲人士提供資助或免費帶狀疱疹疫苗。
- 3. 長期：**將計劃恒常化，納入疫苗接種計劃，並優先為安老院舍和基層市民等提供有關的疫苗資助。



中醫藥緣



李灼珊 香港註冊中醫師 湖南中醫學院中醫內科博士

早前某電影金像獎頒獎典禮，曾因「鬼剃頭」鬧出打人、收回獎項等事件。香港註冊中醫師李灼珊指，「鬼剃頭」的正式病名為斑禿，可一夜間令頭髮脫落，而且原因不明，因而令人覺得詭異。李灼珊指，中醫認為過度勞累、過度精神緊張、焦慮或受刺激，都會損耗身體的氣血，當氣血不足時，毛髮可能會失養脫落。

中藥洗頭或可治「鬼剃頭」

治療斑禿用中藥外洗效果最好，有效的中藥如首烏、川芎、當歸、肉桂、細辛等外洗頭皮，可直接滲入並擴張皮下的微血管，毛囊有血液供應，毛髮就可快速生長不會脫落。長期外洗這些中藥，對頭髮的健康生長很有功效。每天煲藥然後留汁洗頭過程繁複，最好是把

這些藥材放在洗頭水中，就可方便長期使用。李灼珊指亦可內服中藥補養氣血，很多中藥都可幫助頭髮生長，如人參、何首烏、墨旱蓮、桑椹、槐花、川芎，這些中藥既可補肝腎，亦可幫助頭髮烏黑濃密。當中最有名的是何首烏，具有益精、養



當歸

血、補肝等功效。內服中藥前最好先諮詢註冊中醫師。