



# CARE INSTRUCTIONS

KAISER PERMANENTE

## 生殖器皰疹：就診之後 Genital Herpes: After Your Visit

### 凱薩醫療機構為您提供的護理指引 | Your Kaiser Permanente Care Instructions

生殖器皰疹是由稱為 **herpes simplex** (單純皰疹) 的病毒所引起。這種病毒有兩類型：第二型通常引起生殖器皰疹；但第一型也可以是成因之一。一型是造成唇皰疹 (冷瘡) 的類型。

生殖器皰疹是性病 (STI)。最常見的感染途徑是與有皰疹的人性交或其他接觸。例如，病毒可以經由生殖器上的潰瘍傳播到嘴唇。亦可以從唇上的冷瘡傳播到生殖器。

有些人會難以置信自己有皰疹或傳播了給別人。這是由於很多人都沒有意識到自己有皰疹。他們可能沒有潰瘍或有潰瘍卻是肉眼看不到。但病毒仍然可以經由沒有顯著潰瘍或徵狀的人傳播開去。

皰疹是無法治癒，但抗病毒藥物可助您覺得好些和防止較多的發作。這種藥亦可以減低傳播病毒的機會。

**手術後護理是治療與安全的關鍵。**請緊記預約和出席所有覆診；如有任何問題，請通知醫生。最好是能了解自己的化驗報告和保存一份所有服用的藥物清單。

### 在家如何自我護理？ How can you care for yourself at home?

- 謹慎用藥。假如醫生給您處方藥物，必須完全遵照處方指示服用。假如您認為對藥物方面有問題，請通知醫生。醫生給您處方的特別藥物會有更詳盡說明。
- 要減輕皰疹潰瘍的疼痛和痕癢：
  - 每天用水清洗該部位 3 或 4 次。
  - 洗澡或淋浴之後保持潰瘍清潔和乾爽。您或可以用吹髮器吹乾潰瘍。這可能較毛巾更好用。使用時，一定要保持吹髮器距離身體最少 18 吋。
  - 穿著棉質內衣褲。棉質吸濕較好。
  - 服用非處方的止痛藥，例如 acetaminophen (對乙氨基酚 Tylenol)、ibuprofen (布洛芬 Advil, Motrin)、或 naproxen (萘普生 Aleve)。閱讀並遵照標籤上的指示服用。除非得到醫生的囑咐，否則切勿同時服用兩種以上止痛藥。很多止痛藥含有 acetaminophen (對乙氨基酚)，即 Tylenol；太多 acetaminophen (對乙氨基酚 Tylenol) 可能有害。

### 預防傳播生殖器皰疹 (To prevent the spread of genital herpes)

- 使用乳膠避孕套是減低傳播病毒風險的好方法。不過，使用避孕套是仍然有機會感染到病毒。最有效的保護是每次性交時，由開始至終止性接觸，全程都使用避孕套。請緊記，雖然您沒有明顯的徵狀或潰瘍，仍然是可以感染別人。
- 假如您有徵狀便避免與別人有性接觸。徵狀包括潰瘍、麻刺或疼痛。
- 假如您觸摸過潰瘍便要洗手。在一些情況下，特別是您第一次的皰疹發作，病毒可以傳播到身體的其它部位或傳給別人。
- 有專一的性伴侶 (沒有性病而不與任何其他人有性交) 是預防性病的好方法。
- 與您的性伴侶或配偶討論關於生殖器皰疹的問題。
- 鼓勵您的性伴侶去驗血以確定是否受到感染。

## 甚麼情況下需要求助？ When should you call for help?

假如出現以下情況，請立即通知醫生或尋求立刻的醫療護理：

- 新出現的發燒。
- 在皰疹潰瘍附近出現更多紅斑或紅色條紋。

密切留意健康有任何改變，及假如有以下情況，請務必聯絡醫生：

- 患有皰疹而認為自己已懷孕。
- 皰疹潰瘍發作而潰瘍並不癒合。
- 生殖器皰疹潰瘍多次發作。
- 想要開始服用抗病毒藥物。
- 未有如預期的好轉。

## 哪裏可找到更多資訊？ Where can you learn more?

可登入 <http://www.kp.org>

在搜索欄輸入 **E579** 從 "**Genital Herpes: After Your Visit.**" 可獲得更多資訊。

最近更新日期 Last Revised : August 15, 2013

© 2006-2014 Healthwise, Incorporated. 以上護理指引為凱薩醫療機構合法採用。本護理指引須配合您的檢定健康護理專業人員使用。如對病況或本指引有任何疑問，請向您的健康護理專業人員查詢。Healthwise, Incorporated 對閣下使用本資訊並不承擔任何保證或責任。