

又一位大明星中招带状疱疹，该病三分之一人会中招，疼起来要命



近日，著名歌手蔡依林透露自己患上了带状疱疹(Herpes Zoster, HZ)，为此开始保持包括早睡等长期自律的生活方式(图 1).....去年著名歌手那英同样因为该病冲上热搜，带状疱疹这一疾病再次成为公众焦点。据报道，导致带状疱疹的病毒元凶叫水痘-带状疱疹病毒(Varicella- Zoster virus, VZV)，该病毒是一种传染性极强的 DNA 疱疹病毒，原发性 VZV 感染通常发生在儿童早期导致水痘，并在三叉神经节和背根神经节的神经元中形成终身潜伏感染，最后在大约三分之一的感染者体内会重新激活导致带状疱疹(Herpes Zoster, HZ)，俗称“蛇缠腰”(图 2)。

知名女星曾患病，冲上热搜！超级疼，1/3人都会得

南方都市报 2025年09月19日 13:31 广东



昨天 (18日)，“蔡依林回应为何长期自律”的话题词条冲上热搜。

蔡依林回应为何长期自律

热搜

近日，歌手蔡依林在访谈节目中透露自己每晚9点半准时睡觉的习惯，引发广泛关注。在最新的访谈节目中，蔡依林被问到作为大明星怎么做到每天早睡，她表示，其实之前自己每一天都会熬夜，开始注意身体早早睡觉是因为此前患上了“皮蛇”（即带状疱疹，民间也称“蛇缠腰”）。

图 1. 蔡依林中招带状疱疹(来源南方都市报)



图 2. 蛇缠腰(来源岐黄传人张医生)

带状疱疹的临床表现		
临床类型	症状	临床表现
典型临床类型	前驱症状	可有轻度乏力、低热、食欲不振等全身症状，患处皮肤自觉灼热感或神经痛，触之有明显的痛觉敏感，但可无前驱症状。
	皮损特点	典型皮损表现为沿皮节单侧分布的成簇性水疱伴疼痛，研究显示好发部位为肋间神经（53%）、颈神经（20%）、三叉神经（15%）及腰骶部神经（11%）相应的皮节。皮损沿某一周围神经区域呈带状排列，多发生在身体的一侧，一般不超过正中线。病程一般 2~3 周，老年人可为 3~4 周。水疱干涸、结痂脱落后留有暂时性淡红斑或色素沉着。
	自觉症状	疼痛为带状疱疹的主要症状，又称为疱疹相关性疼痛（ZAP），急性期 ZAP 即 PHN；出现皮疹后持续超过 90 d 的疼痛。老年、体弱患者疼痛较为剧烈。除疼痛外，部分患者还会出现瘙痒。重度瘙痒会因患者不断搔抓继发皮损苔藓样变。
特殊临床类型	眼带状疱疹	多见于老年人，表现为单侧眼睑肿胀，也可表现为双侧；结膜充血，疼痛常较为剧烈，常伴同侧面部疼痛，可累及角膜形成溃疡性角膜炎。
	耳带状疱疹	系病毒侵犯面神经及听神经所致，表现为外耳道疱疹及外耳道疼痛。
	颜面部带状疱疹	仅出现红斑、丘疹而不发生水疱。
	无疹型带状疱疹	仅有皮区疼痛而无皮疹。
	复发型带状疱疹	指非首次发生的带状疱疹，其在免疫正常人群中较为罕见，在免疫受损者中发病率更高。
	中枢神经系统带状疱疹	侵犯大脑实质和脊髓时，发生病毒性脑炎和脑膜炎。
	内脏带状疱疹	侵犯内脏神经纤维时，引起急性盲肠炎、膀胱炎，表现为腹部绞痛、排尿困难、尿频等。
	泛发型带状疱疹	指同时累及 2 个及以上神经节，双侧或同侧多个皮节产生皮损。
	播散型带状疱疹	恶性肿瘤或免疫功能极度低下者，病毒经血液播散，导致除受累皮节外全身皮肤出现广泛性水疱样疹，常伴高热等全身中毒症状。
并发症	带状疱疹后神经痛（PHN）	PHN 为带状疱疹最常见的并发症。带状疱疹患者 PHN 发生率为 5%~30%，多见于高龄、免疫功能低下患者。其疼痛部位常比疱疹区域有所扩大，常见于单侧肋间神经、三叉神经（主要是眼支）或颈神经。疼痛性质多样，可为烧灼样、电击样、刀割样、针刺样或撕裂样。一种疼痛为主，或多种疼痛并存。30%~50% 的患者疼痛持续超过 1 年，部分病程可达 10 年或更长。

图 3. 带状疱疹的临床表现

据相关报道，HZ 可导致剧烈疼痛和并发症，是 50 岁以上中老年常见的感染性皮肤病，年龄越大该病风险越高，且症状更严重(图 3)。带状疱疹有多疼？有些患者表示比生 10 个孩子都疼，专家表示如果按照国际疼痛标准满分 10 分来评价疼痛感，分娩痛是 8 分，而**带状疱疹高达 9-10 分**，而该疼痛甚至能持续几个月甚至几年，严重影响患者的正常作息和生活状态。VZV 被再次激活的主要因素包括：**高龄、慢性病**(如糖尿病、发热、高血压等)以及 HIV 感染、恶性肿瘤等导致的**免疫力下降**等。

据最新版的**中国带状疱疹相关性疼痛全程管理指南(2025 版)**，全球普通人群 HZ 发病率为(3-5)/1000 人年，而中国目前的 HZ 发病率为 7.7%，**带状疱疹后神经痛(PHN)**发病率为 2.3%，即 HZ 患者出现 PHN 的概率为 29.8%。HZ 的发病率随着年龄的增长而增加，且 60 岁以上的严重程度急剧增加，65 岁以上患者发生 PHN 的概率是其他群体的 5 倍以上。据报道，目前我国 50 岁以上人群 HZ 的年新发病例为 156 万人，2023 年有超过 1500 万人中招 HZ(图 4)，随着中国人口老龄化问题进入快速发展阶段，65≥人口比例将从 2000 年的 6.8%提高到 2050 年的 23.6%，预计 HZ 病例和 PHN 患者都将大幅增加。专家提醒，除了保持清淡饮食、良好作息和适度锻炼等提高抵抗力的健康生活方式以外，**接种疫苗**是预防水痘和 HZ 最经济有效的方法，所有 1 岁以上的儿童和未接种未感染过水痘的成人，都建议接种水痘疫苗，对于已经感染过水痘的成人，也可以接种 **HZ 疫苗**，以预防 HZ 的发生。2019 年 5 月我国批准**重组带状疱疹疫苗**用于 50 岁及以上成人预防带状疱疹，2023 年**带状疱疹减毒活疫苗**在国内上市用于 40 岁以上人群。

## 2023年我国新发带状疱疹病例超1500万例

北京日报客户端 2025-04-16 18:18

“带疱者说”系列行动4月15日在京举行，活动中发布《中国带状疱疹疾病负担与经济学评价研究》报告。**该报告显示，我国2023年新发病例已超1500万例，全人群总经济负担增长至每年869亿元。**多位参会专家呼吁，重视带状疱疹防治问题，推动医防融合理念落地实践。

北京大学中国卫生发展研究中心研究员何平发布了《中国带状疱疹疾病负担与经济学评价研究》报告，通过全国代表性的大样本调查，构建了**中国带状疱疹疾病负担和预防价值的完整图谱**。报告显示，我国2023年新发带状疱疹病例已超1500万例，并且经济负担在40岁以上人群和慢性病患者中尤为突出。报告认为，接种带状疱疹疫苗具有成本效果，对于缓解疾病经济负担快速增长具有重要意义。

图 4. 2023 年中国 HZ 概况(来源北京日报)

关于 VZV 的诊断：一般情况下，根据带状疱疹的典型临床表现即可诊断，但是对于不典型病例，必要时可采用 PCR 检测疱液中 VZV DNA 及酶联免疫吸附试验测定血清中 VZV 特异性抗体等方法辅助诊断，其中**血清学方法检测 VZV IgG 抗体**对于监测免疫状态、确定易感人群以及评价疫苗免疫效果具有重要意义。

数据来源：南方都市报、岐黄传人张医生、北京日报、WHO 官网、**中国带状疱疹相关性疼痛全程管理指南(2025 版)**、《中国带状疱疹疾病负担与经济学评价研究》、维润赛润资讯

 德国维润赛润水痘-带状疱疹病毒原料清单

病原体	产品名称	类别	应用	单位	货号
水痘-带状疱疹病毒 (VZV)	Varicella Zoster Virus (VZV) 水痘-带状疱疹病毒抗原	天然抗原	免疫测定	mg	BA104VS
	Varicella Zoster Virus (VZV) Glycoprotein 水痘-带状疱疹病毒糖蛋白	天然抗原	免疫测定	mg	BA104VSG
	Varicella Zoster Virus (VZV) Envelope Glycoprotein E 水痘-带状疱疹病毒重组抗原糖蛋白E	重组抗原	免疫测定	mg	BA104R02
	Anti-Varicella Zoster Virus (VZV) 水痘-带状疱疹病毒单克隆抗体	人源化单抗 IgM	质控品 校准品	mL	MAB104.001