

預防乙型肝炎傳播

乙型肝炎跟大多數傳染病一樣是可以預防的。
預防乙型肝炎傳播的措施包括：

- ▶ 所有易受感染者都要注射乙型肝炎疫苗；
- ▶ 確保所有與受感染者有密切接觸的人都注射預防疫苗；
- ▶ 避免接觸其他人的血液；
- ▶ （注射毒品者）不與別人共用注射用品；
- ▶ 不要共用個人衛生用品，比如牙刷、剃刀或指甲鉗等；
- ▶ 受感染者不能捐血和捐精；
- ▶ 採用安全的性交方式（使用安全套）；
- ▶ 如果在工作中，您的血液有可能沾染別人，請找全科醫生諮詢。

治療與管理

有許多驗血項目可以診斷和觀察乙型肝炎感染的發展情況。請向全科醫生或者肝病專家諮詢。

感染乙型肝炎的人，最好與全科醫生商量，選擇治療方案。全科醫生會根據您的症狀和病情的發展情況來決定採取什麼措施。這些措施可能包括定期檢查和使用抗病毒藥物。

關於受感染者生活方式的建議

- ▶ 健康而均衡的飲食；
- ▶ 限制飲酒；
- ▶ 減少吸煙，最好能完全戒煙；
- ▶ 如果要採用替代醫學治療，一定要事先跟您的專科醫生和全科醫生商量，因為有些替代療法對肝臟可能是有害的。

您可以帶上這小冊子跟醫生商量。

如需更多資料，請打電話給：

- ▶ 澳大利亞肝炎協會（Hepatitis Australia）
電話：1300 437222（全國資訊熱線，轉接到各州或領地的分支機構）
www.hepatitisaustralia.com
- ▶ 癌症協會幫助熱線 13 1120
或者訪問網站：
[Http://www.cancer.org.au/Home.htm](http://www.cancer.org.au/Home.htm)
- ▶ 澳大利亞HIV醫學會
www.ashm.org.au
- ▶ 澳大利亞胃腸病學會
www.gesa.org.au/leaflets.cfm
- ▶ 全國乙型肝炎聯合會
請見下列網站的“Resources - Patients”
（資源 - 患者）部分：
www.alliance.hepatitis.org.au

澳大利亞HIV醫學會與新州癌症協會聯合編寫

澳大利亞政府衛生及老齡部資助

Chinese

Hepatitis B

Fact Sheet

for people with chronic infection

乙型肝炎知識簡介

——慢性乙肝感染者須知

Positive



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

什麼是乙型肝炎？

肝炎指的是肝臟的炎症。肝炎通常是病毒感染而引起的,例如乙型肝炎病毒等。當乙型肝炎病毒進入人體的時候,就會轉移到肝臟並在裡面生存、繁殖。可惜,大多數的肝臟炎症和損傷,正是由於人體試圖殺滅病毒而造成的。

乙型肝炎感染所造成的影響,取決於患者受感染時的年齡。發生在嬰兒期的乙型肝炎感染,幾乎總是會發展為長期的(慢性)感染;而受感染的成年人,有95%的可能性將病毒從體內清除。

許多得了乙型肝炎的人並不顯示出任何症狀,因此他們並沒有意識到自己受到病毒感染。有些人可能感到疲倦、噁心並出現黃疸(眼睛和皮膚發黃),但嬰兒很少出現感染的症狀。大約50%的青少年和成年人在第一次感染時會出現黃疸,這稱為急性乙型肝炎。

慢性乙型肝炎

如果患者的乙型肝炎病毒感染超過6個月(通過血液檢驗而確診),就可確診為慢性乙型肝炎。

在受到感染之後,大約5%的成年人、部分兒童和大部分嬰兒會發展成慢性乙型肝炎。

慢性乙型肝炎患者的感染有可能是終身的。雖然他們通常仍然處於健康狀況,但發生肝硬化(肝臟疤痕化)和肝癌等嚴重併發症的風險卻增加了。

重要的是,慢性乙型肝炎患者如果不採取一些簡單的預防措施,就有可能把感染傳播給其他人。

乙型肝炎是如何傳播的？

如果一個受感染者的血液或其他體液(例如唾液、乳汁、精液和陰道分泌物)進入了另一個容易受感染的人的體內,就會發生乙型肝炎的傳播。乙型肝炎可以通過下列方式傳播:

- ▶ 感染了乙型肝炎的產婦把感染傳播給她的嬰兒;
- ▶ 進行陰道性交、肛門性交、或者口交時沒有戴安全套;
- ▶ 重複使用注射針頭、注射器和其他注射用品;
- ▶ 紋身或身體穿刺;
- ▶ 與受感染者共用牙刷、剃刀、或指甲鉗;
- ▶ 輸血(在澳大利亞非常少見);
- ▶ 意外被針刺傷,或沾染受感染的血液或者體液;
- ▶ 在進行有身體接觸的體育運動時受傷,傷口與受到感染的血液接觸。

感染症狀

許多感染了乙型肝炎病毒的人並沒有表現出任何症狀。然而,急性感染可能會產生下列症狀:

- ▶ 無食欲
- ▶ 噁心嘔吐
- ▶ 疲倦乏力
- ▶ 黃疸(眼睛和皮膚發黃)
- ▶ 腹痛
- ▶ 肌肉和關節疼痛

哪些人應該注射乙型肝炎疫苗？

應該注射疫苗的人包括:

- ▶ 所有嬰幼兒
- ▶ 在乙型肝炎高發病率國家出生的移民(例如,東南亞、太平洋島嶼、南歐、東歐或非洲)
- ▶ 10歲至13歲的少年(以前未接受疫苗注射的)
- ▶ 在家裡接觸急性或慢性乙型肝炎患者的人
- ▶ 與受感染者有性生活的伴侶
- ▶ 使用血液製品者
- ▶ 醫療保健和急救人員
- ▶ 與男性有性關係的男性
- ▶ 靜脈注射毒品者

我要告訴其他人嗎？

乙型肝炎檢測結果是個人資料,不需要告訴任何人。不過,請遵照下列要求採取必要措施,避免傳染給他人。

建議告訴您的性伴侶和一起生活的家庭成員,以便他們進行血液檢查和注射疫苗。

如果是醫療護理人員,則不得從事任何“容易受傳染”的操作(參照本手冊之“更多資訊”)。如果是澳大利亞軍隊現役人員,則必須申明乙型肝炎檢測結果。