

認識肝炎

1.什麼是肝炎？

肝臟受到病毒感染或藥物、化學物質傷害，而引起肝細胞發炎、壞死，就是肝炎。

2.肝炎的種類：

具傳染性----

- (A) 病毒性 A 型肝炎
- B 型肝炎
- C 型肝炎
- D 型肝炎
- E 型肝炎
- (B) 其他病毒引起之肝炎

不具傳染性----

- (A) 藥物引起之肝炎
- (B) 酒精引起之肝炎

3.肝炎是怎樣傳染的？

- 一、A 型和 E 型肝炎病毒主要都是經口傳染，如果沾上 A 型或 E 型肝炎病毒之食物未經煮熟、飲水未經煮沸或取食物的手、容器未經清洗乾淨，而病毒被吃進去，就會引起感染。
- 二、B 型 C 型和 D 型肝炎的傳染方式相似，主要是由帶有病毒的血液或體液進入體內而傳染，但 D 型肝炎病毒祇在 B 型肝炎帶原者造成重複感染，或和 B 型肝炎病毒同時進入人體而引起感染。其傳染途徑為：
 - 1.經由皮膚、黏膜的傷口，接觸到帶有 B 型、C 型和 D 型肝炎病毒的血液和其他身體的分泌物而進入體內。
 - 2.經由帶有 B 型、C 型和 D 型肝炎病毒的注射針頭、針灸針、紋身針、穿耳洞針、刮鬍刀、或牙刷而進入體內。
 - 3.輸入帶有 B 型、C 型和 D 型肝炎病毒的血液而進入體內。

4.患了肝炎會有什麼症狀？

- 一般人多無症狀，須經驗血，才能確定。
- 部分人會有食慾不振、全身無力、疲倦、噁心、嘔吐等症狀，但無黃疸。
- 較嚴重患者會有黃疸出現（皮膚和眼白呈黃色，尿呈茶褐色）。

5.患了肝炎的人要注意那些事項？

萬一患了肝炎，應該----

- 儘快請醫生診治指導。
- 切勿擅自亂服藥物，以免反而增加肝臟的負擔。
- 注意飲食營養，不宜喝酒。
- 盥洗用具應和家人分開使用。
- 充分休息、避免過度勞累。
- 遵循醫師的吩咐，按時請醫師診斷，並接受指導與治療。

6.如何預防病毒性肝炎？

一、預防感染 A 型肝炎：小心病從口入！

- 1.養成良好的個人衛生習慣和飲食習慣，飯前便後及處理食物前，用肥皂洗淨雙手。
- 2.食物及食器要充分洗淨。
- 3.不喝生水，不吃生食，不吃路邊飲食及攤販食物、不到食器處理不完善的餐廳用膳。
- 4.供飲用水管線、貯水槽不可緊鄰糞便排放管線，以免水源受到污染。
- 5.沒有 A 型肝炎抗體的人，要到環境衛生不良的地區國家旅行時，應特別注意飲食衛生，最好先打免疫球蛋白或疫苗做為預防，較為妥當。

二、預防感染 B 型、C 型、D 型肝炎

預防感染 B、C、D 型肝炎的方法，必須提高警覺，做到下列各項預防措施：

- 1.避免不必要的打針和輸血。
- 2.不用別人的牙刷、刮鬍刀，避免以未經消毒的儀器紋身、紋眉、穿耳洞和不正常的性行為。
- 3.驗血確定自己未感染 B 型肝炎病毒者，應注射肝炎疫苗；確定自己帶有 B 型肝炎病毒者，就不應該捐血，以免傳染別人。
- 4.懷孕時要驗血，若孕婦為 e 抗原陽性之 B 型肝炎帶原者，新生兒務必於出生 24 小時內，先接受一劑 B 型肝炎免疫球蛋白，之後再按時接受三劑 B 型肝炎疫苗注射（因目前 C 型肝炎尚未有疫苗、故無法事先注射預防）
- 5.請先抽血檢查，如尚未感染 B 型肝炎病毒可接受 B 型肝炎疫苗預防注射。
- 6.養成良好的個人衛生和飲食衛生習慣：
 - (1) 飯前便後用肥皂洗淨雙手。
 - (2) 不吃路邊飲食攤販的食物。
 - (3) 避免和他人共用餐具，改良進餐方式，採取分食方法。
 - (4) 絕對避免把食物放入口中嚼碎後，再餵給孩子吃。

