

# B 型肝炎帶原者須知

## 什麼是 B 型肝炎表面抗原（HBsAg）陽性反應？

人體感染 B 型肝炎病毒後，如果病毒持續存留在肝臟和血液中，經血清檢查，可檢查出血中有「B 型肝炎表面抗原」，就叫做陽性（+）反應。

## 什麼是 B 型肝炎帶原者？

有 B 型肝炎表面抗原陽性反應的人，可以通稱為「B 型肝炎帶原者」。但是帶原者不等於肝炎患者，若肝功能檢查正常，肝組織也正常就叫做「健康的帶原者」。不過，無論健康與否，帶原者都具有傳染力，會傳染給別人。如果持續帶原六個月以上，就叫「慢性帶原者」。

## 發現自己是 B 型肝炎帶原者，應該怎麼辦？

■初次發現，就應該請醫生鑑定是健康帶原者，還是肝病患者-----

如果是健康的帶原者，六個月後必須再複查一次，以確定表面抗原是否消失或證實為慢性帶原者。

有些「健康的帶原者」會演變為慢性肝炎、肝硬化，甚至肝癌，而危害健康和生命。因此，必須和醫師充分合作，定期檢查，才能早期發現，及時治療。

如果有肝病，應請醫師進一步檢查以確定病名和病情，並和醫師充分合作以早期診治，避免惡化。肝病不一定有症狀，病人往往無自覺症狀，因此聽從醫師的指導療養最為重要。

■目前還沒有用來治療 B 型肝炎患者的藥物，輕信廣告，亂服所謂的「肝藥」、秘方、偏方和不明成份的藥物，反而增加肝臟的負擔，造成不必要的傷害。

■注意飲食營養，除了酒以外，沒有特別的食物禁忌，但最好吃清淡飲食，避免油炸。

■除部分活動性肝炎和喪失肝功能代謝作用的人以外，可以正常工作、上學、上班，但應避免過勞。

■不輸血給他人，不和他人共用牙刷、刮鬍刀、毛巾。可以和其他人共進餐飲，但最好使用「公筷母匙」，採取「同桌分食」或「中菜西吃」的方式；用過的飲食器具，可按一般衛生方法充分沖洗乾淨即可。

■絕對避免把食物放入口中嚼碎後，再餵給孩子吃。

■喝湯要用「母匙」分入自己的碗再喝，尤其應避免剔牙後用自己的湯匙直接喝

湯（剔牙，齒齦會出血，可能將血液混入大湯碗，既不衛生，又會傳染 B 型肝炎）。

- 受傷、皮膚炎或鼻出血時，應盡量自己處理，沾染血液的物品，應密封丟棄，不能丟棄時，應自行充分清洗，並洗淨雙手，由別人照顧處理時，應提醒避免接觸到血液。
- 月經期間，污物應密封丟棄，處理月經後，雙手要充份洗淨。
- 請定期 6-12 個月複檢肝功能、腹部超音波及甲型胎兒蛋白。