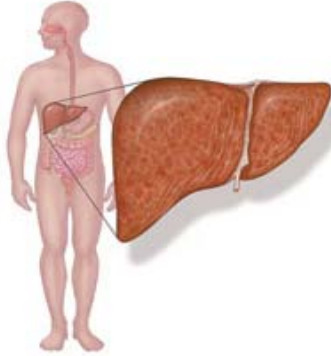


如何有效地防止個人及家人感染 乙型肝炎病毒？



預防疫苗

若你無感染乙型肝炎，亦可向醫生或性健康診所請求給予預防的疫苗，防止病毒感染。若你在懷孕，或正計劃生育，可向醫生查詢有關乙型肝炎的測試。即使已受感染，你的嬰兒也可在出生後接受疫苗，以預防感染乙型肝炎。

使用安全套

乙型肝炎可以通過任何方式的性接觸而傳染。使用安全套是減低感染的最有效的預防方法。安全套可以在家庭計劃中心及性健康診所免費索取。

不可共同使用注射器具

乙型肝炎只需少量血液便可感染和傳播。所以千萬不可與別人共用針筒、針咀或任何注射器具。許多針咀交換服務會提供安全注射資料及針咀交換服務。

不可共同使用

不可共同使用牙刷，髮夾或剃刀。避免咀嚼過食物餵給嬰兒，或在進食時共用匙羹或筷子。

其它資料可聯絡

全國華人保健中心

29-30 Soho Square, London W1D 3QS

電話: 020 7287 0904 / 020 7534 6546

傳真: 020 7534 6545

網址: www.cnhlc.org.uk

www.healthinchinese.net

預防疫苗



接受疫苗可以有效地預防病毒的感染

全國華人保健中心
CHINESE NATIONAL
HEALTHY LIVING CENTRE

© 2008 Chinese National Healthy Living Centre 版權屬全國華人保健中心所有。
Private Limited Company no. 有限公司註冊號碼: 2366781
Registered Charity no. 慈善機構註冊號碼: 1002158

乙型肝炎 HEPATITIS B 簡易指南



乙型肝炎的感染通常會導致肝臟受損、肝功能衰竭及肝癌等。此類病毒在東南亞一帶，包括中國；最為普遍。約十個人當中便有一人會受感染。

此指南為你提供有關乙型肝炎，若你認為自己或身邊的朋友有此危機，請向有關的醫務人員查詢。

什麼是乙型肝炎？

乙型肝炎是一種由乙型肝炎病毒所引起的肝病。它可以是急性或慢性。

急性 症狀為期至六個月左右，如真的受感染，約十個成人中九個的病毒會在短期內清除。但在感染期間，病毒是會傳染的。

慢性 感染的病毒是終身的，亦會引致肝臟受損，肝功能衰竭及肝癌等。若一個人患上慢性乙型肝炎而未接受適當的治療，他患上肝癌的機會比沒有肝炎的人要多一百倍。

帶菌者 有部份尚未完全清除病毒的乙型肝炎人士，雖然沒有任何病徵，但亦有機會傳播病毒給其他人。

急性乙型肝炎演變為慢性乙型肝炎的風險在於個人的免疫系統的強弱，及肝臟受損的程度。如果嬰兒在出生時母親已有乙型肝炎，他便有百分之九十的機會患上慢性乙型肝炎，而病徵可能祇會在數年後甚至幾十年後才會顯露出來。在這段無病徵的期間，受感染的兒童亦有可能將病毒傳染給他人。

病毒是怎樣傳播的？

病毒可存在於血液及其他身體體液。它傳播的過程只能從帶菌者的血液或其他身體液體傳給未受免疫的人仕。

病毒傳播的途徑：

- 母親傳染給初生嬰兒，這是亞洲最常見的傳播途徑
- 性交
- 輸血(血液未經檢測)
- 共同使用注射器具
- 被帶病毒的針筒或利器刺傷
- 唾液

病徵

大部份患有慢性乙型肝炎的人士，早期都不會意識到自己有此病，直至數年後出現肝病才發覺。若你受感染但沒有出現病徵，你也有機會將病毒傳染給其他人。

常見的病徵包括：

- 疲倦、作嘔、食慾不振
- 黃疸(皮膚和眼白變黃)
- 小便呈深色及大便呈淺色

但是亦可能沒有任何病徵或只感到比平時疲倦。感覺疲倦是很普遍的徵狀，所以很多人都會忽視或誤以為是由於日常生活的壓力而導致的疲倦。

若我懷疑自己感染乙型肝炎，應該怎樣做？

如果你的身體出現以上任何的病徵，或你懷疑自己已受感染，你應該去看家庭醫生或性健康診所請求做個乙型肝炎的檢驗。

治療乙型肝炎的方法有很多，除可以控制病情外，還可以預防併發症。若果真的感染了，應該及早診治。以避免將病毒傳播給他人。如果肝功能衰退，有可能需要做肝臟移植手術。

若我真的患上慢性乙型肝炎，應接受那種治療方法？

對於慢性乙型肝炎，有許多方法去保護和防止肝臟受損，增強身體免疫能力以便抵抗肝炎病毒。醫生亦會根據你的情況，給予一種最適合的治療方法。也會告訴你如何防止病毒傳染給他人。

