

病毒性肝炎和預防

肝病是台灣最大的”本土病”，也是我們的”國病”。在台灣，肝病特別多的原因主要在於B型肝炎和C型肝炎感染的普遍。會引起肝病的肝炎病毒共有A、B、C、D、E五種：

一、A型肝炎：

A型肝炎傳播的方式為人對人的接觸傳染，一般皆經由排泄物及口腔的途徑或食用遭受A型肝炎病毒污染的食物及水所造成。

潛伏期為2週至2個月，平均28天，絕大多數的人在3個月內可恢復正常。

其症狀有：發燒、噁心、嘔吐、頭痛、腹瀉、茶色尿、黃疸等。預防的方法為不吃貝、蝦、蟹、魚類，注重正確的洗手方法，飲水煮沸莫生飲，避免使用病人之個人用品如牙刷、餐盤，廚房的殘餘要適當處理。如在可能接觸A型病毒的2週前或潛伏期，注射免疫球蛋白，可達百分之80至90的保護效果。

二、B型肝炎：

「定義」

有B型肝炎表面抗原陽性反應者，通稱為『B型肝炎帶原者』；但帶原者不就等於肝炎患者，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。

「複檢原則」

原則上，B型肝炎帶原者，其肝功能正常者，6個月複檢一次；肝功能指數過高者，3個月複檢一次。

「護理方式」

- 勿亂服成藥。
- 注意飲食營養，不宜喝酒和抽菸。
- 充份休息，避免過度疲勞。
- 不輸血給別人，不与他人共用牙刷、刮鬍刀。
- 定期受檢，遵守醫師指示。

B型肝炎的傳染有三分之一～二分之一的帶原者是經過母子的垂直傳染的途徑，此外則經由性行為的接觸體液、口腔黏膜的破損、輸血、醫療器材消毒不完全、紋身、刺青、修面及共同使用牙刷及刮鬍刀等水平傳染。

潛伏期為2個月至6個月，成人期感染大多呈急性發作，少數無黃疸，大部分在3至6個月內痊癒，只有5%會變成慢性；反之，感染發生的年紀越小，症狀越少，成為慢性的越多，例如：若在新生兒期染，近90%會成為慢性B型肝炎病毒的帶原者，終生不得痊癒。

感染B型肝炎有的成為帶原者或甚至演變慢性肝炎、肝硬化及肝

癌。接種疫苗的保護效益可達 90% 以上，因 B 型肝炎目前尚無特效藥，如感染上 B 型肝炎應定期到醫院就診，營養需均衡，並避免再傳染給他人。

三、C 型肝炎：

C 型肝炎為一種輸血性肝炎，感染的途徑有 80% 來自體液傳染，特別是輸注血液或血液製品，另外紋身、藥癮者等，共用針頭、針筒者皆易感染。

C 型肝炎病毒的潛伏期平均 8 週，症狀早期出現噁心、噁吐、食慾不振等症狀，接著可能出現黃疸，大部分症狀會逐漸改善，但約有 5% 的急性 C 型肝炎會變成慢性肝病，且比率會比 B 型肝炎更高，目前並無疫苗可預防。

四、D 型肝炎：

D 型肝炎病毒之傳染途徑多與 B 型肝炎病毒相同，且常發生在已感染 B 型肝炎病毒的人身上，於母子間垂直感染較少發生。

此病毒潛伏期其為 4~8 週，感染途徑多由靜脈注射感染或親密的肢體接觸所引起，在台灣藥物靜脈注射成癮者感染率可達九成以上。因肢體親密接觸感染為主要的傳染途徑。有 40% 的猛爆性肝炎是由 D 型肝炎所引起，D 型肝炎與 B 型肝炎為共存感染，預防之道可從防止 B 型肝炎做起。

五、E 型肝炎： 病毒性肝炎和預防

肝病是台灣最大的”本土病”，也是我們的”國病”。在台灣，肝病特別多的原因主要在於 B 型肝炎和 C 型肝炎感染的普遍。會引起肝病的肝炎病毒共有 A、B、C、D、E 五種：

一、A 型肝炎：

A 型肝炎傳播的方式為人對人的接觸傳染，一般皆經由排泄物及口腔的途徑或食用遭受 A 型肝炎病毒污染的食物及水所造成。

潛伏期為 2 週至 2 個月，平均 28 天，絕大多數的人在 3 個月內可恢復正常。

其症狀有：發燒、噁心、嘔吐、頭痛、腹瀉、茶色尿、黃疸等。預防的方法為不吃貝、蝦、蟹、魚類，注重正確的洗手方法，飲水煮沸莫生飲，避免使用病人之個人用品如牙刷、餐盤，廚房的殘餘要適當處理。如在可能接觸 A 型病毒的 2 週前或潛伏期，注射免疫球蛋白，可達百分之 80 至 90 的保護效果。

二、B 型肝炎：

「定義」

有 B 型肝炎表面抗原陽性反應者，通稱為『B 型肝炎帶原者』；但帶原者不就等於肝炎患者，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。

「複檢原則」

原則上，B型肝炎帶原者，其肝功能正常者，6個月複檢一次；肝功能指數過高者，3個月複檢一次。

「護理方式」

- 勿亂服成藥。
- 注意飲食營養，不宜喝酒和抽菸。
- 充份休息，避免過度疲勞。
- 不輸血給別人，不和他人共用牙刷、刮鬍刀。
- 定期受檢，遵守醫師指示。

B型肝炎的傳染有三分之一～二分之一的帶原者是經過母子的垂直傳染的途徑，此外則經由性行為的接觸體液、口腔黏膜的破損、輸血、醫療器材消毒不完全、紋身、刺青、修面及共同使用牙刷及刮鬍刀等水平傳染。

潛伏期為2個月至6個月，成人期感染大多呈急性發作，少數無黃疸，大部分在3至6個月內痊癒，只有5%會變成慢性；反之，感染發生的年紀越小，症狀越少，成為慢性的越多，例如：若在新生兒期染，近90%會成為慢性B型肝炎病毒的帶原者，終生不得痊癒。

感染B型肝炎有的成為帶原者或甚至演變慢性肝炎、肝硬化及肝癌。接種疫苗的保護效益可達90%以上，因B型肝炎目前尚無特效藥，如感染上B型肝炎應定期到醫院就診，營養需均衡，並避免再傳染給他人。

三、C型肝炎：

C型肝炎為一種輸血性肝炎，感染的途徑有80%來自體液傳染，特別是輸注血液或血液製品，另外紋身、藥癮者等，共用針頭、針筒者皆易感染。

C型肝炎病毒的潛伏期平均8週，症狀早期出現噁心、噁吐、食慾不振等症狀，接著可能出現黃疸，大部分症狀會逐漸改善，但約有5%的急性C型肝炎會變成慢性肝病，且比率會比B型肝炎更高，目前並無疫苗可預防。

四、D型肝炎：

D型肝炎病毒之傳染途徑多與B型肝炎病毒相同，且常發生在已感染B型肝炎病毒的人身上，於母子間垂直感染較少發生。

此病毒潛伏期其為4~8週，感染途徑多由靜脈注射感染或親密的肢體接觸所引起，在台灣藥物靜脈注射成癮者感染率可達九成以上。因肢體親密接觸感染為主要的傳染途徑。有40%的猛爆性肝炎是由D型肝炎所引起，D型肝炎與B型肝炎為共存感染，預防之道可從防止

B型肝炎做起。

五、E型肝炎：

E型肝炎在臨床表現與流行病學上近似於A型肝炎，潛伏期為4~6週主要侵犯20到40歲的年輕人。傳染途徑為經口傳染（如飲用受排泄物污染的水源）。此種肝炎病程較輕微。值得注意的是在懷孕期間的婦女會造成約10%的高死亡率。