

A、B 與 C 型肝炎

單詞「肝炎」意味著肝臟腫脹。任何人都有可能感染肝炎。

最普遍的肝炎類型為 A 型肝炎、B 型肝炎與 C 型肝炎。

肝臟是一個可以執行許多重要功能的器官。它可清除血液中的廢物、抵抗感染、幫助消化食物、儲存營養物與維他命以及儲存能量。

A 型肝炎

您可能從以下途徑感染 A 型肝炎：

- 食用感染者製作的食物，而其如廁後沒有洗手
- 飲用未經處理的水或食用以未經處理的水清洗的食物
- 將接觸過感染者糞便的手指或物體放入自己的口中
- 與感染者進行性行為。

有何症狀？小孩可能沒有症狀。成年人通常具有以下症狀：

- 大便色淺
- 尿液發黑
- 感到困倦
- 發燒
- 噁心
- 嘔吐
- 食慾不振
- 黃疸（眼睛和皮膚發黃）

A 型肝炎通常會在幾週後好轉，而無需治療。好好休息，切勿飲酒。



您可透過接種 A 型肝炎疫苗而免患 A 型肝炎。您也可透過以下方式保護自己和他人免患 A 型肝炎：

- 始終在如廁或更換尿布後以及準備食物或進食前使用溫熱肥皂水洗手。
- 當您身在發展中國家時，請使用瓶裝水作為飲用水、製作冰塊以及清洗水果與蔬菜。

若需要更多資訊，請撥打 **(415) 615-4555** 致電客服中心或
查看 www.healthysanfrancisco.org

B 型肝炎

您可能透過接觸感染者的血液、精液或其他體液而感染 B 型肝炎。您可能從以下途徑感染 B 型肝炎：

- 由患有 B 型肝炎的母親所生
- 與感染者進行性行為
- 使用感染者使用過的未殺菌工具紋身或穿孔
- 意外被感染者使用過的針頭刺到
- 使用感染者的剃鬚刀或牙刷
- 與感染者共用藥針。

B 型肝炎通常沒有症狀。當出現症狀時，除了與 A 型肝炎相同的症狀外，還會出現：流血停止時間比平常更長、胃或腳踝腫脹以及容易瘀傷。

一些 B 型肝炎患者發現他們的身體無法擺脫 B 型肝炎。這就是所謂的「慢性」B 型肝炎。孩子（主要是嬰兒）更容易感染慢性 B 型肝炎，這種肝炎在肝損傷徵兆出現之前通常沒有症狀。如果不進行治療，慢性 B 型肝炎可能會導致嚴重的肝臟問題。但是，B 型肝炎在變成慢性 B 型肝炎之前通常沒有進行治療。

您可透過接種 B 型肝炎疫苗而免患 B 型肝炎。您也可透過以下方式免患 B 型肝炎：

- 進行性行為時使用避孕屏障（例如保險套）
- 請勿共用藥針
- 如果必須接觸另一個人的血液，請帶上手套
- 請勿借用另一個人的牙刷、剃鬚刀或其他可能粘有血液的任何物品
- 務必使用無菌工具紋身或穿孔。

C 型肝炎

您可能透過與 B 型肝炎一樣的途徑感染 C 型肝炎。

目前還沒有 C 型肝炎疫苗。大多數人在病毒導致肝損傷之前不會出現症狀，這可能需要 10 年或更長時間。其他人會出現與 A 型肝炎和 B 型肝炎相同的症狀。雖然有些人可在幾個月之內清除體內的病毒，但是大多數 C 型肝炎感染會發展成慢性 C 型肝炎。大多數慢性 C 型肝炎患者不會發展成嚴重的肝臟疾病。一些患者可受益於減緩或阻止肝損傷的藥物。請詢問您的醫療提供者您是否可以受益於治療。您可透過與 A 型肝炎和 B 型肝炎相同的防禦措施保護自己和他人免患 C 型肝炎。

您不會從對著您打噴嚏或咳嗽的某個人處感染肝炎，也不會因坐在肝炎患者旁邊或與感染者擁抱而感染肝炎。

改編自：

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepa_ez/

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepb_ez/

www.digestive.niddk.nih.gov/ddiseases/pubs/hepc_ez/

www.ethnomed.org/patient-education/hepatitis/GRID_ABC.pdf

若需要更多資訊，請撥打 **(415) 615-4555** 致電客服中心或
查看 www.healthysanfrancisco.org