

認識 B 型肝炎

◎ 什麼是肝炎？

肝炎乃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的一種疾病

◎ B 型肝炎是怎樣傳染的？

帶 B 型肝炎病毒的人，是散播 B 型肝炎的傳染源，可以經由以下的方式傳給別人：

1. 垂直感染：母親若為 B 型肝炎帶原者，在生產前後，可能將 B 型肝炎傳染給胎兒。
2. 水平感染：
 - (1) 經由皮膚、粘膜的傷口，接觸到帶有 B 型肝炎病毒的血液、唾液、精液和其它身體的分泌液。例如：在日常生活中共用牙刷、毛巾、刮鬍刀，或穿耳洞、紋身、紋眉等。
 - (2) 經由帶有 B 型肝炎病毒的針頭注射。
 - (3) 輸入帶有 B 型肝炎病毒的血液。

◎ 患了 B 型肝炎會有什麼症狀？

1. 多無症狀，須經驗血，才能確定。
2. 會有食慾不振、發燒、全身無力、疲倦、噁心、嘔吐等類似感冒的症狀，但無黃疸。
3. 太類似感冒的症狀，也有黃疸（皮膚和眼白呈黃色，尿呈茶褐色）出現。

◎ 患了 B 型肝炎，如何治療？

1. 足夠的休息。
2. 藥物的治療。
3. 食用高蛋白、高熱量飲食。

◎ 怎樣預防 B 型肝炎？

1. 養成良好的個人衛生和飲食衛生習慣：吃東西前及廁所完後都應使用肥皂洗淨雙手；不吃路邊飲食攤販的食物；避免和他人共用餐具，採取公筷母匙或分食方式。

2. 不用別人的牙刷、毛巾、刮鬍刀，避免不必要的打針或輸血。
3. 懷孕時要驗血，以確定是否帶有 B 型肝炎病毒。
4. 新生兒應按時帶往注射 B 型肝炎預防注射。
5. 成年人應定期驗血檢查，若發現尚未感染 B 型肝炎應接受預防射。

◎ 患了 B 型肝炎的人要注意那些事項？

1. 儘快請醫師診治指導。
2. 切勿擅自亂服藥物、秘方、偏方等，以免反而增加肝臟的負擔。
3. 注意飲食營養均衡，可在正餐間補足高蛋白食物，以增加蛋白質及熱量。
4. 切勿喝酒、抽煙。
5. 充分休息，適當的運動，但避免過勞或熬夜。
6. 不捐血，不和他人共用牙刷、毛巾、刮鬍刀。
7. 避免把食物放入口中嚼碎後，再餵給孩子。
8. 六個月後，必須請醫師診斷是否有慢性肝病，並接受指導與治療。

洪外科醫院 (06) 2240011 台南市民生路二段 60 號