

【B型肝炎防治的重要性】

根據統計，台灣地區成年人每5人至6人就有一位B型肝炎帶原者，換句話說，國內約有三百萬帶原者。當中有三分之二不知道自己為B肝帶原者，加上肝臟沒有神經，得了肝病大都沒有症狀，患者常等到肝病末期才求醫，造成治療上的困難。得了B型肝炎有可能變成慢性肝炎，慢性肝炎有可能變成肝硬化，肝硬化有可能變成肝癌。台灣地區每年約有五、六千人死於肝癌，其中約有八成是B型肝炎引起的，B型肝炎帶原者發生肝癌的比率比非帶原者大150倍。

【B型肝炎是怎麼傳染的？】

《垂直傳染》：指帶原的母親在生產前後將B型肝炎病毒傳染給新生兒，台灣有40%-50%的帶原者經由此途徑傳染。

《水平傳染》：含有病毒的血液或體液透過皮膚或黏膜進入體內而感染，因此輸血、共用針頭或注射器、血液透析、針灸、穿耳洞、紋眉、刺青、共用牙刷或刮鬍刀、性行為都可能感染。

【感染B型肝炎後會有什麼症狀？】

肝臟本身沒有神經，所以就算肝炎發作，也不容易出現疼痛的感覺；加上肝臟細胞有再生的能力，所以被破壞的肝臟細胞可以很快被新生的細胞遞補。事實上，只要有四分之一的正常肝臟，就可以維持一般身體的生理運作，不會出現異狀，所以百分之六、七十的肝炎是不會有症狀的。但是當感染急性B型肝炎，或是慢性B型肝炎急性發作時，可能就會有以下的症狀出現，腹部不適、食慾不振、全身無力、疲倦、噁心、嘔吐、黃疸、茶色尿等情形。

【如何知道是否感染B型肝炎？】

因為感染後不一定有症狀出現，所以需要靠抽血檢查做正確的診斷。當血中B型肝炎表面抗原(HBsAg)呈現陽性反應時，表示已感染B型肝炎，需再進一步做更詳細檢驗來確定身體患病的狀況。如果血中B型肝炎表面抗原呈陰性反應，而表面抗體(anti-HBs)呈現陽性反應，表示體內已有抵抗B型肝炎病毒之免疫抗體。

【得了B型肝炎怎麼辦？】

《完整的肝臟檢查》

B型肝炎帶原只是表示血液中有B型肝炎病毒存在，不表示您目前肝臟的情形。因此，需請專科醫師為您做完整的肝臟檢查，包括：肝功能檢查、B型肝炎標記檢查、甲種胎兒蛋白檢查、腹部超音波檢查。

《定期追蹤》

感染B型肝炎病毒之後，就有可能會進入慢性肝炎、肝硬化、肝癌的肝病三部曲，而在三部曲的演變當中，通常是沒有症狀的，因此，一定要定期追蹤檢查，包括抽血檢驗肝發炎指數、胎兒蛋白及腹部超音波檢查。

《抗病毒藥物治療》

近年來在B型肝炎的治療上有很大的進展，可以將B型肝炎病毒的活性降低，減少肝細胞的發炎，以避免由慢性肝炎進入肝硬化的階段。目前的抗病毒藥物有干擾素及干安能、干適能等，但這些藥物只能減少病毒的活性，降低發炎，無法將病毒完全消滅。

愛肝保肝免肝苦-談B型肝炎

【B型肝炎帶原者要注意什麼？】

- (1)帶原者應聽從醫師指示，抽血檢驗或超音波檢查。
- (2)切忌病急亂投醫、亂服成藥或偏方以免增加肝臟的負擔。
- (3)不捐血、不與他人共用牙刷、刮鬍刀及美容等器具。
- (4)不要把食物咀嚼後，再餵給小孩吃。
- (5)懷孕婦女是帶原者時，千萬不要忘記新生兒出生時一定要依規定接受B型肝炎的預防注射
- (6)帶原者之配偶或性伴侶，如果沒有感染過B型肝炎時應趕快接受B型肝炎疫苗注射。

【如何預防感染B型肝炎？】

《切斷垂直傳染》國內自民國73年起，政府即推行新生兒接種B型肝炎疫苗，若母親為B肝帶原者，且e抗原呈陽性反應，則新生兒除了要施打B肝疫苗之外，還需要在出生24小時內注射B型肝炎免疫球蛋白。研究指出，國內兒童的B型肝炎帶原率已經下降至1%以下，確實可以有效降低B型肝炎的帶原比率。

《施打疫苗》如果不是B型肝炎帶原者，而且血液中也沒有表面抗體及核心抗體者，可以接受B肝疫苗注射，以產生保護力，避免受到B型肝炎病毒的感染。接種時程為第一劑接種後隔1個月接種第二劑，再隔5個月接種第三劑。

《避免血液、體液的接觸》應避免不必要的打針、刺青、穿耳洞等行為，如果無法避免，也要注意器械的消毒，或使用拋棄式的器械。同時不要與人共用牙刷、刮鬍刀。性行為也可能感染B型肝炎，所以為了安全起見，應採取必要的防護措施，例如使用保險套，以避免B肝的侵襲。

【B型肝炎疫苗完成接種後，但檢驗無B型肝炎表面抗體，應如何處理？】

施打B肝疫苗後約有百分之五至十五的人不會產生抗體，目前專家建議，若完成接種B型肝炎疫苗，經檢驗為B型肝炎表面抗體(anti-HBs)陰性者，建議自費追加1劑B型肝炎疫苗，1個月後再抽血檢驗，若仍為B型肝炎表面抗體陰性，可諮詢醫學中心之消化內科、感染科、小兒科等相關專科醫師。

【愛肝保肝守則】

1. 為了維護肝臟的健康，除了規律的生活、注意充分休息及睡眠之外，請勿酗酒及抽煙。
2. 注意均衡的飲食，避免食用不新鮮或發霉的食物。
3. 多吃蔬菜水果，少吃油膩的食物。
4. 避免不必要的打針、刺青、穿耳洞，也不要與人共用針頭、針筒、牙刷及刮鬍刀。
5. 不要注射毒品。
6. 安全的性行為。
7. 請勿服用偏方
8. 注意應定期接受追蹤檢查。

資料來源：行政院衛生署疾病管制局、財團法人肝病防治學術基金會