



## B 型肝炎

台灣地區是B型肝炎之流行區，民國七十年以前出生之一般成人中95%以上感染過B型肝炎，15-20%為B型肝炎帶原者。在台灣全面推行B型肝炎疫苗注射後，固然可能斷絕B型肝炎之持續傳播，然而全台近四百萬已經成為帶原者的民眾，應注意以下事項：

B型肝炎的傳染途徑主要是經由血液及體液。例如：輸血、生產過程、傷口接觸、醫療器械、刺青及性行為等。帶原者本人不能捐血，且其血液傷口應小心處理別接觸他人傷口黏膜，其親人應驗血並接受疫苗注射。

發現自己是帶原者時，需做血液肝功能檢查及超音波檢查，已知個人是處於健康帶原者、慢性肝炎或肝硬化之狀態，同時也要評估病毒之情況如何。此時要測血清e抗原(HBeAg)或病毒DNA，e抗原或病毒DNA濃度高表示病毒活性大且傳染性高，肝炎發作及惡化的機會較大；反之，e抗原或病毒DNA濃度低則表示活性及傳染性低，維持穩定的機會大。如果肝功能試驗或超音波檢查異常，評估後有肝炎或肝硬化，則需找醫師密切追蹤檢查。如果為健康帶原者也不可掉以輕心，因為此時健康將來仍有發作肝炎或惡化成肝硬化甚至肝癌的可能，建議每半年做一次追蹤檢查。

定期追蹤最重要的目的，就是要早期發現無症狀的小肝癌，早期治療。肝癌是目前台灣死亡率最高的癌症之一，一旦症狀發生通常已經長大到無法治療的程度，唯有在沒有症狀前早期診斷才有治癒的可能。而發生肝癌的原因中，最首要的就是B型肝炎(及C型肝炎)，約50-80%的肝癌病人是B型肝炎帶原者。B型肝炎帶原者發生肝癌的機會是非帶原者的百倍以上，所以唯有定期檢查(至少六個月一次)才能早期診斷治療。

健康帶原者是指肝功能正常者不需治療，只需預防肝癌。慢性肝炎是指肝功能不正常者，可以先考慮口服抗病毒藥物或注射干擾素治療。符合中央健保險局給付條件者可免費提供藥品治療，此項可以與您的主治醫師詢問。

肝臟的保養方式包括：

1. 禁酒：因為酒精對肝臟有直接毒性，可能加速肝炎、肝硬化及肝癌之發生。
2. 勿濫服藥物：坊間廣告之治肝藥物及秘方等多半誇大不實，濫服藥物除浪費錢外，也增加肝臟的負擔。
3. 男性勿有不正當之性行為：以免得到D型肝炎而加重B型肝炎之惡化，同時也有得到性病甚至愛滋病之可能。

至於其他飲食、運動方面，則無限制。

身為B型肝炎帶原者，雖然增加了一部份發生肝病之機率，但是只要定期的追蹤檢查，以豁達的一面對它，它是完全不會影響個人正常生活的。

**肝膽腸胃科 祝您身心健康愉快**