



乙型肝炎

乙型肝炎是世界上最为常见的传染性肝病。它是由乙型肝炎病毒(HBV)引起的，这一病毒侵害肝脏。直接化验 HBsAg (乙肝表面抗原)可以检测体内是否有乙肝病毒。如果测试结果是阳性的，那么表明你已经感染乙肝病毒了。这时候你需要进一步的化验乙肝五项，以便作出明确的诊断。乙型肝炎有两种：急性感染和慢性感染。急性感染是说一个人第一次感染乙肝病毒。他不一定有任何症状，但是可以表现得很严重。幸运的是，大部分健康的成人在感染了乙肝病毒后会康复并且在身体里产生了保护性的抗体。如果你的急性感染治愈并且体内清除了病毒而且身体会产生表面抗体，表示你就可以获得终生保护，并且你也不会再把病毒传染给其他人。尽管大部分急性感染的成年人可以完全恢复，但是大部分的婴儿和小孩子受到感染很难康复并且会引发慢性感染。如果乙肝病毒在血液内存留六个月以上那么说明乙肝成为了慢性感染。如果你是慢性乙型肝炎患者，你可能可以自然恢复，但也很有可能病毒可在其血液和肝脏停留很长时间。慢性乙型肝炎患者不一定会有症状，但四个慢性携带者中会有一个产生严重肝病，比如肝炎，肝受损（肝硬化）或肝癌。如果你的 HBsAg 是阳性的，那么你会把病毒传染给别人。所以知道乙肝病毒是如何传播的以及如何预防你的家人、未出生的孩子和其他人感染乙肝病毒是很重要的。在这个手册中，你可以阅读这些信息还有其它宝贵信息。

1. 症状

乙型肝炎叫做“无声的传染病”，因为大部分人在受到感染时没有任何症状。

可能的症状有：

- 黄疸（皮肤和巩膜变黄）。
- 深色尿液。
- 浅色粪便。
- 发烧。
- 肌肉或关节疼痛。
- 食欲不振。
- 恶心、呕吐。
- 右上腹（肝的部位）疼痛和肿胀。
- 容易疲劳。

如果你有很严重的症状如严重的恶心、呕吐、黄疸、右上腹肿胀，你需要及时地去看医生。

2. 乙型肝炎的传染

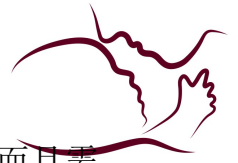
乙型肝炎具有传染性，但一般接触不会传染，比如握手、交谈、拥抱、共用干净的餐盘餐具或者杯子。乙肝病毒会通过感染者的血液、精液或者其它体液进行传播。

乙型肝炎的传染途径：

- 与感染者有性接触。
- 与感染者共用能刺破皮肤的针器（比如用于针灸、纹身、穿耳洞、吸毒的未消毒的针器）。
- 共用牙刷，共用未消毒的剃刀。
- 母婴传播：受感染的孕妇可以在分娩时把病毒传播给孩子。

3. 如果你是 HBsAg 阳性，建议你做下列事项：

- 确保你继续作化验，以便作出明确的诊断。
- 保护你的健康：
 - 不要吸烟、喝酒或者吸毒。
 - 加强营养、经常运动。
- 如果你是慢性乙型肝炎患者即使感觉很健康，不论是否接受治疗都需要定期看医生（至少一年一次）。这样你的医生可以观察你的感染状态，然后决定你是否需要或者什么时候需要开始用药对抗病毒。
- 保护你的家人：
 - 你配偶和住在你家的所有成员应



该去做 HBsAg 化验。如果他们没有被传染，他们需要注射乙肝疫苗来预防感染。乙肝疫苗通常需要注射三到四次：在第 0、1 和 6 个月。在一系列的注射结束后，最好查抗-HBs 水平。如果够高说明你的免疫功能好，别人不容易把乙肝病毒传给你。

- 如果你的爱人没有接受乙肝疫苗注射，要避免与他（她）有性接触或者可以使用避孕套。然而你的爱人应该明白，避孕套不能完全地避免感染。
- 不要共用个人用品，比如牙刷、剃刀、指甲刀或者其它针灸、纹身、穿耳洞用得针器。
- 包好伤口，避免他人沾染你的血。
- 不要先嚼完食物再喂孩子。
- 不要吸毒或者共用针头。
- 如果你怀孕了，避免你的孩子被传染是很重要的。建议如下。

4. 如何避免母婴传染：

所有的孕妇都要做乙肝检测。如果你怀孕并且 HBsAg 是阳性，你有很大的风险会把病毒传染给你的孩子。婴儿受到感染由 90% 的机率成为慢性携带者，因为其免疫系统比较难清除病毒。慢性携带者人群中四个就会有一个产生严重的肝病，比如肝炎、肝硬化或肝癌。不过，幸运的是有方法可以降低传染给婴儿的风险。

- 在医院生孩子。最保险的方法是在医院分娩，因为分娩后婴儿可以及时接受必须的注射。
- 在分娩后 12-24 小时内注射乙肝免疫球蛋白（HBIG）。乙肝免疫球蛋白是一种可以帮助你的宝宝来杀死病菌的药。乙肝免疫球蛋白是给

乙肝妈妈所生的婴儿注射，而且需要在分娩后 12-24 小时内注射。这个药有 95% 的概率可以帮助婴儿抗击病毒。但这种保护仅仅可以维持几周。所以婴儿另外接受乙肝疫苗注射是很重要的。

- 乙肝疫苗。你的婴儿会接受三次疫苗注射：在出生时、产后一个月、产后六个月。宝宝接受三个注射是十分重要的，这样才能避免宝宝患上乙肝。在你的婴儿接受完三次的注射后，你的医生会检验婴儿的血。血液检查结果可以表明你的婴儿是否感染乙肝病毒并且他是否获得终生保护。

5. 如果我是乙肝患者，我可以给我孩子吃母乳吗？

是的。如果你宝宝在分娩后 12-24 小时内接受了乙肝免疫球蛋白和乙肝疫苗注射，你可以母乳喂养。在 369 个慢性乙肝母亲的宝宝中，所有的母乳喂养的婴儿在接种必要的疫苗后都是乙肝阴性，但是有 9 个人工喂养的宝宝测出乙肝阳性。如果你有乙肝，你的奶里有保护宝宝的抗体。慢性乙肝母亲给宝宝吃母乳会使宝宝得到更强的免疫力，从而减少了宝宝感染乙肝的可能性。所以，确保你的宝宝接种必要的疫苗，并且母乳喂养你的宝宝吧！

更多信息请阅读下面的网站：

<https://www.hepb.org/languages/chinese-simplified>

请注意，我们的信息只为一般的教育或科普的目的而提供，不能代替专业医疗建议。请针对你的情况寻求医生的专业建议。一定不要因为本资料的某些内容而忽略或推迟寻求专业医疗意见。

本宣传页由泌乳教育资源网 www.yunfuxuexiao.net 提供。© Petra de Ruiter – ter Welle