高雄榮民總醫院臺南分院

認識 B 型肝炎

一、什麼是B型肝炎

B 型肝炎是由 B 型肝炎病毒感染所造成的疾病。當病毒進入人體後在肝臟組織內產生肝細胞變質、壞死、白血球浸潤等炎症反應，潛伏期長達 6-24 週。大部分成人感染後會痊癒，但有約 5%的患者會成為帶原者，可能造成慢性肝炎、肝硬化及肝炎的發生，偶有個案會因猛爆性肝炎致死，嬰兒經由母親垂直感染 B 型肝炎後，有 90%的機率成為慢性 B 型肝炎帶原者；而 5 歲後才感染 B 型肝炎者，長大後只有不到 10%會成為慢性帶原者。

二、B 型肝炎如何感染

B 型肝炎病毒主要是藉由體液或血液，經由親密接觸(如性行為)、輸血、注射等途徑而感染。一般分為垂直傳染及水平傳染兩種。

(一)垂直傳染:指帶原者的母親在生產前後將B型肝炎病毒傳染給新生兒B型肝炎帶原者母親如為 e 抗原陽性，則新生兒，百分之九十均會成為帶原者。

(二)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、共用針具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。

三、B 型肝炎感染症狀

(一)急性發作的症狀，部份的人會有食慾不振、全身無力、噁心、嘔吐等症狀，少數病情較嚴重的患者會有黃疸出現，約 1%的感染者會產生猛爆性肝炎，但也可能完全沒有症狀。感染 B 型肝炎後，部份的人會恢復而產生抗體，部份的人會變成帶原者。

(二)慢性 B 型肝炎患者則絕大部份沒有症狀，只有少部份的人會有輕微的右上腹疼痛，厭食之輕微症狀，大多數的 B 型肝炎帶原者之肝功能正常，屬健康帶原者；少數會演變成慢性肝炎、肝硬化、肝癌等。

四、預防 B 型肝炎的方法

(一)避免垂直傳染：

孕婦於懷孕七、八個月時應接受 B 型肝炎產前篩檢，所有嬰幼兒於出生後滿 2 天、一個月、六個月，應完成三劑 B 型肝炎疫苗接種；若母親檢驗結果為高傳染性 B 型肝炎帶原者(表面抗原陽性且 e 抗原陽性或表面抗原效價≧2560)其新生兒應於出生後 24 小時內儘速注射一劑 B 型肝炎免疫球蛋白。

(二)避免水平傳染：

1. 成人如未曾感染過 B 型肝炎病毒或未曾接種 B 型肝炎疫苗者，應接種 B 型肝炎疫苗，接種時程為第一劑接種後隔一個月接種第二劑，再隔五個月接種第三劑。
2. B 型肝炎帶原者應:勿捐血給別人、勿有不當之親密行為。
3. 避免不必要的輸血、打針、針灸、刺青、穿耳洞等。
4. 養成良好個人衛生習慣，不 與別人共用刮鬍刀、牙刷、 針頭、毛巾、指甲剪，以免刮破皮膚或黏膜而感染。
5. 均衡且充足的營養；
   (1)避免食用含有黃麴毒素的食物，例如臭豆腐、花生製品或醃製品(豆腐乳、豆瓣醬)等
   (2)攝食蔬果：多食含維他命 A、C 的黃綠色蔬菜及水果。
6. 勿服用療效未明的藥品或偏方來『補肝』，這樣會增加肝臟的負擔
7. 維持正常作息，避免過度勞累、酗酒。
8. 定期追蹤檢查