

需要瞭解更多的情況？

各州領地的丙型肝炎協會

丙型肝炎協會 (02) 6232 4257

新南威爾士州 (02) 9332 1599
1800 803 990 (新州鄉鎮)

維多利亞州 (03) 9639 3200
1800 703 003 (維州鄉鎮)

昆士蘭州 (07) 3229 3767
1800 648 491 (昆州鄉鎮)

南澳大利亞州 (08) 8362 8443
1800 021 133 (南澳州鄉鎮)

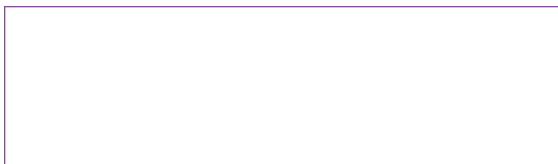
西澳大利亞州 (08) 9328 8538
1800 800 070 (西澳州鄉鎮)

北領地 (北領地健康服務) 1800 353 755

塔斯馬尼亞州 (03) 6234 1242

澳大利亞首都直轄區 (02) 6253 9999
1800 803 990 (新州鄉鎮)

聯係你的家庭醫生或當地的公家醫院
(傳染病科、肝臟科)



丙 型 肝 炎



資 料

丙 型 肝 炎



原版由
南澳多元文化政策及計劃
編寫並翻譯

合作單位：
昆士蘭民族社區委員會

修訂於2000年5月



這本手冊是為甚麼人準備的？

丙型肝炎患者、患者的家人、照顧患者的人、以及有可能染上丙型肝炎的高危人士都可以閱讀這本手冊。

肝炎是甚麼？

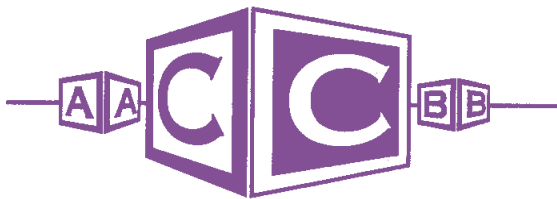
肝炎是指肝臟發炎。肝炎可能由病毒、酒精、化工原料等不同的原因引起。

“病毒性”肝炎是甚麼？

病毒性肝炎是一種造成肝臟發炎的傳染性疾病，它是世界各地面臨的一個重大健康問題。這種肝炎有可能引發肝硬化，少數病例還可能引發肝癌，並導致死亡。

病毒性肝炎有哪幾種？

病毒性肝炎的主要類型有甲型、乙型和丙型。過去，人們把丙型肝炎稱為非甲非乙型肝炎或“輸血後”肝炎。乙型和丙型是唯一會引發肝硬化的兩種肝炎病毒。另外還有一些比較少見的病毒性肝炎類型。



甲型肝炎

甲型肝炎是在一個人的口腔接觸到另一個人的排泄物（糞便）時得以傳播的，例如，食用有糞便污染的食物或飲料，或進行某些性活動。一般在染上病毒後的28~30天內出現症狀，症狀有可能包括腹痛、食欲不振、惡心、低燒、疲倦等，有些情況下，患者的皮膚和眼睛還會呈現黃色（黃疸）。大多數染上病毒的人都能全面恢復，並因有了免疫能力而不會再次感染。甲型肝炎可以通過打免疫針加以預防。

乙型肝炎

乙型肝炎是通過血液與血液之間的接觸、與染病者性交、或共用毒品注射器具而得以傳播的。染上病毒後，並非每一個人都會出現症狀，約有30~50%的成人和少於10%的兒童會出現症狀。症狀有可能包括腹痛、惡心、嘔吐、關節疼痛、以及皮膚和眼睛呈現黃色（黃疸）。大多數人都能全面恢復，但5~10%的人會繼續攜帶病毒，並能傳染給其他人。乙型肝炎有免疫針，這種免疫針需在六個月內分三次注射。另外還有一種免疫針可以同時預防甲型和乙型肝炎。

丙型肝炎

丙型肝炎是通過血液與血液之間的接觸而得以傳播的。至1997年，澳洲約有190,000人患有丙型肝炎，其中134,000人為慢性患者（炎症長達六個月以上），且有可能引發肝硬化及／或肝癌。在澳洲，每年約有11,000名新的患者。這些患者中，大約有90%是因為打針時不注意安全而染上病毒的，包括共用毒品注射器具。

目前，丙型肝炎還沒有免疫針。

丙型肝炎的症狀有哪些？

丙型肝炎對不同的患者有不同的影響。大多數患者**不會有任何症狀**，少數一些患者則會出現急性症狀（染上病毒的八至十二週以後），症狀有可能包括：

- 惡心
- 終日疲倦
- 食欲不振
- 肝臟部位有不適感
- 關節疼痛
- 黃疸（不常見）

丙型肝炎患者中，約有75%的患者會發展為慢性肝炎（炎症長達六個月以上）。慢性或長期症狀有可能在十至十五年以後才表現出來。最常見的慢性症狀有終日疲倦、疼痛（尤其是肝臟部位）和惡心。慢性丙型肝炎的症狀通常比較輕微，但也有嚴重的時候。

丙型肝炎是不是一種嚴重的疾病？

丙型肝炎有可能是一種嚴重的疾病。

研究顯示，100個丙型肝炎患者中，25人會在染上病毒後的二至六個月內，完全將病毒排除於體外，但在一段時間內，仍將繼續攜帶抗體（身體對病毒的免疫反應）。能夠排除病毒的人，通常為年輕時染上病毒、且只染過一次病毒的人。

100個丙型肝炎患者中，約有75人不能排除病毒，這些人將成為長期或慢性患者，且有可能發展為肝硬化病。

在這75個慢性患者中，約有20人可能永遠不會出現明顯的症狀或患病跡象。他們雖然有可能傳播丙型肝炎，但本身不會被病毒侵害或發展成肝病。

丙型肝炎的慢性患者中，平均十五年以後，會有四十至六十人出現一些症狀，他們的肝臟也會有某種程度的長期性損壞。

二十至四十年以後，八至二十個丙型肝炎患者會得肝硬化病，二至五個患者會出現肝衰竭，或發展為一種肝癌，叫做肝細胞性癌症。

這只是一般性的指引。每一個丙型肝炎患者的經歷可能都和這裡說的情況不一樣。注意：盡管你沒有不適感，丙型肝炎病毒仍有可能在不斷地損害你的肝臟。如果你喝酒，你的肝臟更有可能產生嚴重的損害，例如發展為肝硬化。同時，你也很有可能多次染上丙型肝炎。這將給你的肝臟增加壓力。



丙型肝炎是如何傳播的？

丙型肝炎是在丙型肝炎患者的血液進入另外一個人的血管時得以傳播的。傳播方式有好幾種。

1. 文身、穿體和穿耳 (皮膚穿刺)

歷史上，許多文化都有過不同形式的文身、穿體和穿耳的習俗。文身或穿體，以及使用未經消毒或不衛生的器具，都有可能使你染上丙型肝炎。其它操作方式也會傳播丙型肝炎，例如：為兩個不同的顧客提供服務時，不更換墨料和油料，或者在黏貼刺花模板時，使用已經在另外一個顧客身上用過的滾搽式除臭筆。

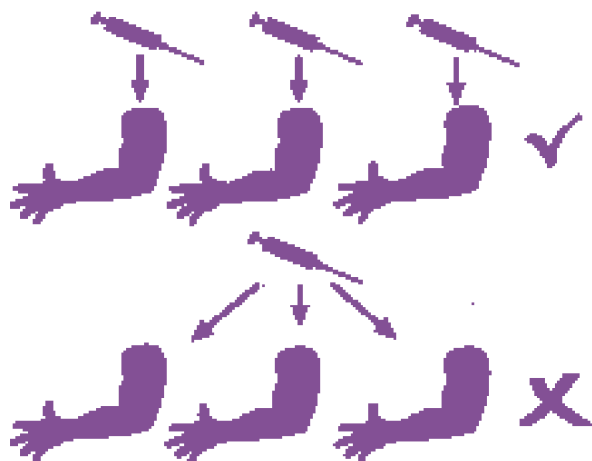
所有用來穿刺皮膚表面的器具都必須經過消毒。環境應該乾淨衛生。在整個穿刺程序中，操作人應該始終戴著乾淨的一次性手套。你一定要查證文身店是否有註冊或得到州政府有關發牌條例的許可（如設有牌照的部門或條例）。接受服務時，一定要問清用在你身上的器具是否經過消毒。注意操作人是否將需要用在你身上的墨料倒了一個新的一次性墨料碟裡。如果你想瞭解有關皮膚穿刺活動的更多情況，請聯係當地的衛生部。

2. 接受他人的血液、血漿製品或人體器官

在澳洲，自1990年起，一切捐贈的血液、血漿製品和人體器官都要經過檢驗，以確保不含丙型肝炎病毒。但是，許多國家還沒有做到這一點。因此，在海外接受輸血的人染上病毒的風險更大。在澳洲，你不可能因為捐血而染上丙型肝炎。

3. 使用未經消毒的注射器具打免疫針

過去，由於普及免疫計劃中使用未經消毒的注射器具，曾經使很多人染上病毒。在澳洲，所有打免疫針的器具都是經過消毒的。但是，有些國家並不對他們使用的器具進行消毒。如果普及免疫計劃不使用經消毒的器具，丙型肝炎就很容易從一個人的身上傳到另一個人身上。



4. 接觸血液

接觸其他人的血液能增加你染上丙型肝炎的可能性。因此，當你需要接觸另外一個人的血液時，一定要戴上手套。如果你的衣物、止血帶或其它可洗換的用品沾上血液，應該立即投進洗衣機，並用充足的洗衣粉洗乾淨。



5. 共用注射器具

丙型肝炎有可能通過以下途徑傳播：

- 其他人用過的針筒裡所含的血液；
- 其他人用過的針和針筒留在水裡、調羹上或濾器上的血液；
- 止血帶上殘留的血液接觸到注射部位；
- 打完針後用手指按壓血脈時留在指頭上的血液（當這個人幫你注射時，會使自己指頭上的血液留在你的皮膚上）；
- 其他人打完針後撕毀濾器時留在濾器上的血液；
- 其他人用過的棉簽或棉紙上留下的血液；以及
- 當你觸摸到一個指頭上帶血的人觸摸過的東西或表層時，碰到這個人的血液。

如果你要注射毒品，最安全的做法是使用無菌針頭和針筒、蒸餾水、無菌棉紙（一塊用來擦拭你的調羹，另一塊用來擦拭注射面）、乾淨的濾器和止血帶，手要洗乾淨（注射前和注射後都要洗手），注射部位要乾淨。針頭針筒計劃和一些西藥房可以為你提供新的針頭和針筒。**切忌**和其他人共用任何器具。在澳洲，擁有針頭和針筒並不犯法。

針頭針筒計劃為你提供注射毒品所需要的各種器具，例如針頭、針筒、無菌棉紙和蒸餾水。針頭針筒計劃還為你轉介各種戒毒治療計劃、醫療服務、法律和社會服務、以及性健康教育服務。這個計劃還替你收回用過的注射器具，並提供裝針頭的特製容器，以供你安全地處理用過的針頭。

6. 針頭刺傷

無意中被患者用過的針頭和針筒刺破皮膚有可能讓你染上丙型肝炎。

為安全起見，用過的針頭和針筒一定要放到密封塑料容器後才能拿去處理，這個容器必須保證不會被針頭刺破或被孩子打開。針頭針筒計劃和一些西藥房可以為你提供裝針頭的特製容器。



丙型肝炎是否會通過接吻而傳播？

不會。丙型肝炎只能通過血液之間的接觸而傳播。接吻、擁抱、共用杯碗等餐具、淋浴、廁所等不會傳播丙型肝炎。

共用剃鬚刀和牙刷是否會傳播丙型肝炎？

共用剃鬚刀、牙刷、指甲銼或指甲剪等個人用品有可能傳播丙型肝炎。這些個人用品有可能戳破皮膚，染上血液，因此，用品上污染的血液有可能通過瘡口、裂痕、擦傷或抓破的地方溶入另外一個人的血液。

丙型肝炎是否會通過性交而傳播？

丙型肝炎一般不會通過性交傳播。不過，如果伴侶一方有丙型肝炎，且性交期間見血，則會有傳播病毒的風險。如有見血，每次性交都應該用避孕套(condom)或牙科用橡皮障(dental dam)。

丙型肝炎是否會通過接觸性體育活動傳播？

這是極其不可能的，尤其是那些貫徹適當的防備措施的體育運動。至目前為止，還沒有出現過這種形式傳播的病例的記載。你沒有理由不讓自己參加接觸性體育活動。

丙型肝炎是否會在懷孕期間經母體傳給胎兒？



丙型肝炎不會輕易經母體傳播給胎兒。但是，如果孕婦除了有丙型肝炎，還同時有人體免疫系統失調病毒(HIV)，或在懷孕期間染上丙型肝炎，則傳播的可能性就更大。如果懷孕期間或分娩時，母體血液裡含有丙型肝炎病毒，胎兒便有染上丙型肝炎的風險。

哺乳不會傳播丙型肝炎，但是，有丙型肝炎的母親，如果乳頭出血或有裂口，則不宜餵哺母乳。

一個人染上丙型肝炎後還有可能再次染上這種病毒嗎？

排除了丙型肝炎的人有可能再次感染。同時也有可能發生多於一種丙型肝炎病毒基因的混合感染。混合感染有可能加快肝病的發展。

丙型肝炎抗體檢測是怎麼一回事？

丙型肝炎抗體檢測需要從手臂上的血脈抽出少量的血，然後送到化驗室，檢測是否含有丙型肝炎病毒的抗體。血液中需含有足夠的抗體，才能確定一個人是否染上了丙型肝炎，而人體在染上病毒後可能需要兩週至六個月的時間才會產生足夠的抗體。因此，如果你想接受抗體檢測，應該先徵求醫生的意見。

肝功能檢測是怎麼一回事？

肝功能檢測就是通過驗血來顯示你的肝臟是否有任何損害。有丙型肝炎的人，一般需要每半年至一年做一次肝功能檢測。如果你想知道自己是否需要做這樣的檢查，可以去徵求醫生的意見。



丙型肝炎可以治療嗎？

目前，經認可能用於治療丙型肝炎的藥物有兩種：即Interferon（干擾素）和ribavirin，但並不適用於每一個患者。符合某些標準的患者才能接受這兩種治療，同時，還可能有副作用。上述治療只能由專家提供。

有些人選用自然或替代療法，如針灸和草藥。患者應求見合格、經認可的自然療法醫師，向他們瞭解詳情。

無論你選擇哪一種治療方案，最重要的是盡量瞭解不同治療方案的詳情。你應該與醫生和當地（州或領地）的丙型肝炎協會保持聯係，這有助於你掌握丙型肝炎治療方法的最新發展信息。

你可以通過採取一些措施來改善自己的健康狀況，或提高自己對付肝炎的能力。即使你沒有丙型肝炎，或只是有染上病毒的風險，這些措施一樣會對你有好處。

保持健康的飲食習慣

減少酒量

少吸煙

好好休息

減輕／控制壓力

堅持運動

（輕至中度運動，

如瑜伽、散步、游泳等）

如果你是通過打針的方法用毒

可以考慮吸、吞或用鼻子抽吸的方法。



酒精會進一步損害肝臟，增加患肝硬化病的風險。如果你戒不了酒，你可以通過以下措施來減低你所攝取的酒精含量：

- 選擇酒精含量低的酒
- 避免暴飲或狂引作樂
- 間插著喝一些不含酒精的飲料

吸煙確實有害於人體健康，並會增加患心臟病的風險。少吸煙或完全戒煙有可能提高你的總健康狀況，如果你有丙型肝炎，這可能有助於你更好地對付疾病。

只有減少肝臟的損害，才能讓你保持健康。

我應該把自己有丙型肝炎的事實告訴甚麼人？

在你把自己有丙型肝炎的事實告訴任何人之前，你應該先考慮自己想讓誰知道，為何想讓這個人知道。只有在做好心理準備後才好談論你的病況。法律上，除了血庫以外，你不需要告訴任何人你有丙型肝炎，除非你是經常有可能接觸到血液的醫務工作人員（參見下面“告訴櫃主”一段）。

根據法律要求，每當醫務工作人員遇到丙型肝炎抗體檢查結果呈陽性的病例，都必須上報衛生部。為了保護你的隱私權，這些情況是以代號的形式提供的。衛生部掌握這些情況的目的在於瞭解：

- 有多少人受丙型肝炎的感染；
- 感染病例出現在甚麼地方；以及
- 如何分配健康資源，以便預防新的丙型肝炎病例，並照顧好已感染上病毒的人們。

告訴你的家人

對於是否告訴你的家人，只有你自己才能作出決定。你可能不會想到，當家人得知你有丙型肝炎時，他們是多麼地支持你。不要低估家人。你應該仔細考慮自己準備如何在何時何地以及為何想將有丙型肝炎的情況告訴他們。你的醫生、丙型肝炎協會和輔導員都可以協助你決定你要告訴誰，以及如何對待他們的問題和反應。

告訴醫務工作人員

當你去見醫務工作人員時（家庭醫生、專科醫生、牙醫或護士），他們有可能要詢問你的個人健康史，包括你是否有丙型肝炎或肝癌。

你不需要告訴這些醫務工作人員自己是否有丙型肝炎。但是，如果你能坦誠相告，醫務人員掌握了正確的情況，才能根據你的健康需求提供治療。如果你有疑慮，不知道醫務人員會怎樣運用你所提供的健康情況，你可以和他們談談。

醫務工作人員不能在未經你同意的情况之下，向任何人洩露你的健康狀況，這是違法的。他們只需要在每次遇到丙型肝炎抗體檢查呈陽性時將有關結果上報衛生部。

健康服務中的傳譯員也不能在未經你同意的情况下洩露你的健康狀況，這是違法的。

你可能會遇到自己認識的傳譯員。如果你覺得討論你的健康問題時，當場傳譯員會給你帶來不便，你有權利要求外省的電話傳譯員。如果你需要這樣的安排，可以告訴為你提供服務的醫務工作人員。

告訴僱主

你沒有理由要告訴僱主，除非你是經常有可能接觸到血液的醫務工作人員（例如施手術時，你有可能被割傷、引起流血並觸到病人身上）。如果屬於這種情況，你需要瞭解當地（州／領地）衛生部對有丙型肝炎的醫務工作人員有甚麼樣的政策規定。

如果我因為有丙型肝炎而受到歧視應該怎麼辦？

公開了自己有丙型肝炎以後，有可能引來各種各樣的歧視。歧視是指當人們得悉你有丙型肝炎以後，就以不同的態度對待你。大多數歧視都是由於人們不瞭解丙型肝炎、並作出錯誤的判斷而引起的。你很難預測人們會有甚麼樣的反應。最好的辦法是你自己先盡量瞭解丙型肝炎，轉而去提高人們的認識。

任何人因為你有丙型肝炎而歧視你是犯法的，但保險公司或公積金公司可能要另當別論。

任何人都不能因為你有丙型肝炎而拒絕你的教育和住房要求，或因此而解僱你。《聯邦傷殘歧視法1992》為你提供了這方面的保護。除此以外，大多數的幾個州還制定了自己的反歧視法。《傷殘歧視法1992》還保證了你接受治療的權利。

如果你覺得自己受到歧視，應立即將人家所說的話和所發生的事情記錄下來。這將有助於你準備正式的投訴。至於下一步該怎麼做，你可以向本手冊背面列舉的服務機構諮詢。