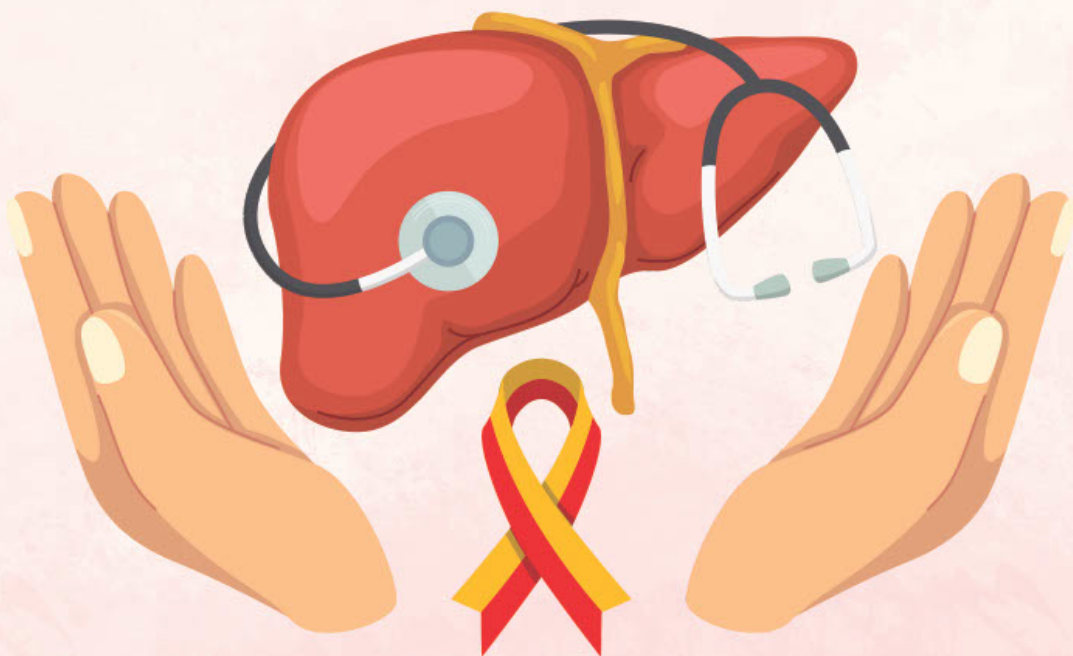


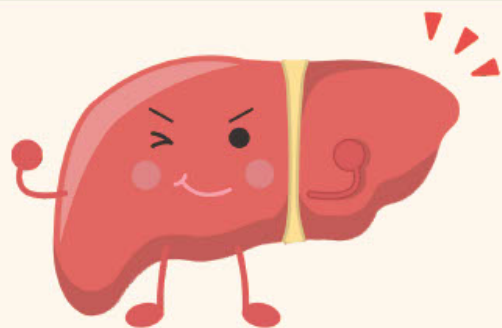
# 肝炎知多啲

# ABCDE



# 目錄

02	肝臟的功能
03	甚麼是肝炎？
04	急性肝炎的症狀及徵狀
05-08	甲型(A型)肝炎
09-14	乙型(B型)肝炎
15-19	丙型(C型)肝炎
20	丁型(D型)肝炎
21-25	戊型(E型)肝炎
26-29	肝炎與肝癌



# 肝臟的功能

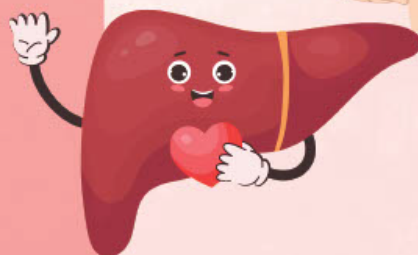
**解毒功能**  
分解內部新陳代謝產生的有毒物質及各種外部毒素，如酒精和藥物

**消化功能**  
分泌膽汁，當中包含膽鹽，促進脂肪、維生素A、D、E、K的吸收

**製造功能**  
製造蛋白質，包括白蛋白、球蛋白、血凝蛋白及抗血凝蛋白等

**代謝功能**  
在血糖、血脂、氨基酸、維他命和荷爾蒙的新陳代謝中發揮重要的作用

**儲存功能**  
儲存身體所需的鐵質、維他命等



# 肝臟生病了！

肝炎即是指肝臟細胞發炎，肝炎可以根據它的成因分類：

現今已鑑別出最少五種不同的肝炎病毒，不同的肝炎病毒的特性及傳播途徑也有不同。



在香港由病毒所引致的肝炎較為常見



乙、丙和丁型肝炎  
由血液或體液傳染



甲型和戊型肝炎  
經由食物和水傳染



酒精



遺傳病



化學劑



藥物

## 急性肝炎的症狀及徵狀

肝炎的徵狀要在潛伏期後才會呈現。每種肝炎的潛伏期長短不一樣，由2星期至6個月不等，大部份人沒有徵狀。



發燒



疲倦



食慾不振、噁心嘔吐、  
腹瀉和腹痛



肌肉痛、頭痛

如病情轉壞，便會出現以下特徵：



皮膚和眼白會變黃



小便顏色加深，  
就像茶一樣的顏色

稱為黃疸，多數患者在3至6星期康復。

由於不同的肝炎病毒引起的肝炎病徵皆類似，所以要透過徹底的血液檢查才可確定病毒種類。

# 甲型(A型)肝炎

# 甲型肝炎的症狀及徵狀

甲型肝炎是**病毒感染**所引起的**急性肝病**  
潛伏期：一般為14至28日

患者**可能沒有明顯症狀**，  
部分患者或許會出現和其他肝炎相類似的症狀。

## 如何傳播？

### 「糞口途徑」傳播

即是透過進食或接觸  
受病毒污染的水、食  
物或物件而傳播

甲型肝炎病毒可在糞便和  
土壤中**長期存活**，  
並能耐受酸性環境、  
高溫和冷凍溫度

### 康復期

- 大部分甲型肝炎患者能**完全康復**，但有極少數病例會演變成**肝衰竭**，甚至死亡
- 成人可能需要數星期或數月的時間才能康復，病情在年紀較大者較嚴重
- 甲型肝炎患者痊癒後一般可獲終生免疫，不會發展成慢性肝炎

與感染者有**緊密接觸**或  
**性接觸**  
(不限於肛口接觸)  
亦可傳播



發燒



疲倦



食慾不振、噁心嘔吐、  
腹瀉和腹痛



上腹部不適



皮膚和眼白會變黃



小便顏色加深，  
就像茶一樣的顏色

# 如何治療甲型肝炎？



## 沒有特定藥物醫治甲型肝炎

主要是舒緩不適和保持營養均衡，  
包括補充因嘔吐和腹瀉而流失的水份

# 甲型肝炎

• 適用於年滿1歲或以上的人

• 較高感染風險人士

例如前往甲型肝炎流行地區的外遊人士、  
男男性接觸者、慢性肝病患者等

# 如何預防甲型肝炎？



預備食物前及進食前洗手，  
如廁後要沖廁及用肥皂洗手



適當處理污水及排泄物，  
妥善處理及儲存食水，  
保持廚房及食具清潔



食水飲用前要煮沸，  
所有食物都應清洗乾淨並徹底煮熟，  
尤其是蠔、蜆等雙殼類水產



接種甲型肝炎疫苗



## 甲型肝炎疫苗

- 共兩劑疫苗
- 第2劑通常於接種第1劑後  
6至18個月注射

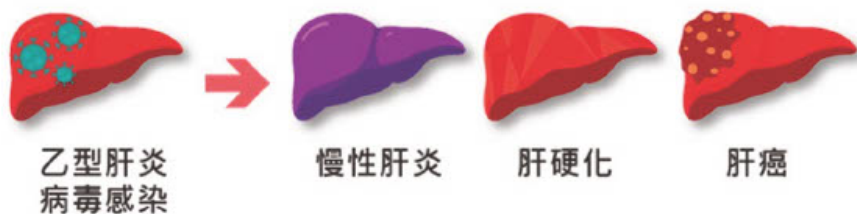
• 接種第1劑後1個月，約95%的人士可以產生具保護性的抗體；完成兩劑疫苗能長時間保護身體免受甲型肝炎病毒感染

# 乙型(B型)肝炎

# 乙型肝炎的症狀及徵狀

大多數新感染乙型肝炎的嬰兒和幼童都沒有明顯症狀，而較年長的兒童或成人則有30 - 50%會出現與其他肝炎相類似的症狀。

- 乙型肝炎是由乙型肝炎病毒感染所引起的肝臟疾病
- 潛伏期：30日至180日不等，平均為75日



部分患者未能清除病毒而發展為慢性乙型肝炎，感染時的年齡越小，風險越高

若初生嬰兒受到感染，有九成機會發展為慢性乙型肝炎，而成年患者的風險則約5%

慢性乙型肝炎感染可引起急性肝衰竭

未有接受治療的慢性乙型肝炎患者當中，約15-40%長遠會出現肝硬化或肝癌

感染乙型肝炎病毒後可持續沒有症狀，直至肝臟已被嚴重損害後才出現徵狀



發燒



疲倦



食慾不振、噁心嘔吐、腹瀉和腹痛



上腹部不適



皮膚和眼白會變黃



小便顏色加深，就像茶一樣的顏色

# 乙型肝炎

## 如何傳播？



在沒有使用安全套的情況下和感染者進行性接觸，亦可傳播乙型肝炎病毒



乙型肝炎病毒不會經母乳餵哺或一般社交接觸（如共用食具、共膳、擁抱、握手及接吻等）而傳播



患有乙型肝炎的母親於分娩期間把病毒傳播給嬰兒

## 乙型肝炎病毒亦可透過接觸感染者的血液或體液而傳播



- 擦傷的皮膚、眼睛或口部的黏膜意外地接觸到感染者的血液或體液
- 與他人共用針筒
- 用未經妥善消毒的器具穿耳、紋身、針灸等
- 共用剃刀、指甲鉗等有機會受血液污染的用具
- 使用未妥善消毒之醫療器械
- 輸入受污染的血液或血液製品

# 乙型肝炎

## 診斷乙型肝炎必須透過血液測試



測試一般包括乙型肝炎抗原(HBAG)和乙型肝炎抗體(anti-HB)的血液測試

被視為**較高感染風險**的人士應進行乙型肝炎測試



慢性乙型肝炎患者的家庭成員（如父母、兄弟姊妹及子女）和性伴侶



注射毒品人士



男男性接觸者



有多個性伴侶的人士



愛滋病病毒感染者



經常接受血液或血液製品的人士



洗腎人士



工作上會接觸病人血液或體液的醫護人員

# 乙型肝炎

## 如何治療乙型肝炎？

- 抗病毒藥物能有效抑制乙肝病毒複製，減低患上肝硬化、肝衰竭及肝癌的風險
- 慢性乙型肝炎患者須定期覆診及進行相關檢查，及早察覺及處理肝臟的變化
- 慢性乙型肝炎患者需要遵照醫生指示服用抗病毒藥物

## 乙型肝炎疫苗接種

乙型肝炎疫苗  
能有效預防  
乙型肝炎病毒感染



# 乙型肝炎

## 慢性乙型肝炎患者須知



定期檢查及早察覺肝臟的變化



遵從醫生指示接受治療及跟進



不要自行服用成分不明的藥物以免損害肝臟



保持健康飲食及生活習慣

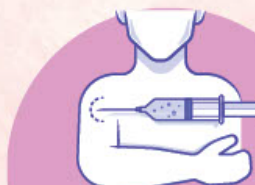


採取預防措施，預防病毒傳播

- 處理任何皮膚損傷時應戴上手套，並妥善包裝
- 切勿與別人共用剃刀、指甲鉗等有機會受血液污染的用具
- 切勿與他人共用針筒針咀或其他注射用具
- 採取安全性行為和正確使用安全套
- 處理受血液或體液污染的物品時應戴上手套，及使用家用漂白水消毒
- 家庭成員和性伴侶應盡快接受血液檢查，如沒有乙型肝炎抗體及未受感染，便應接種乙型肝炎疫苗
- 如有感染風險，切勿捐血、精液和器官
- 切勿共用牙刷



戒酒



接受  
甲型肝炎疫苗

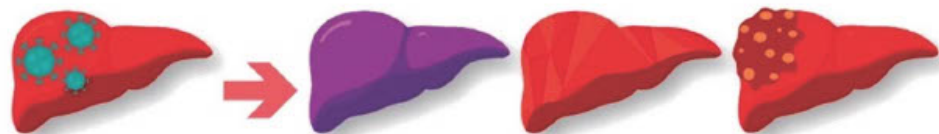


# 丙型(C型)肝炎

# 肝炎

## 丙型肝炎的症狀及徵狀

- 丙型肝炎是由**丙型肝炎病毒感染**所引起的**肝臟疾病**
- 潛伏期：2星期至6個月不等，一般是6至9個星期



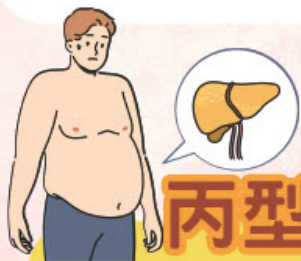
丙型肝炎  
病毒感染

慢性肝炎

肝硬化

肝癌

約7成患者感染丙型肝炎病毒後會發展為慢性肝炎，並可引致肝硬化及肝癌



## 丙型肝炎的預防方法

目前尚未有可預防丙型肝炎病毒的疫苗

大多數新感染丙型肝炎病毒的患者都**沒有明顯症狀**，部分急性患者或會出現，與其他肝炎相類似的症狀



發燒



疲倦



食慾不振  
噁心嘔吐



上腹部不適



皮膚和眼白會變黃



小便顏色加深，  
就像茶一樣的顏色

感染丙型肝炎病毒後可**持續數10年都沒有症狀**，直至肝臟已被**嚴重損害**後才出現徵狀。

# 丙型肝炎

# 肝炎

# 丙型肝炎

# 肝炎

## 如何傳播？



由帶病毒的母親於分娩期間傳染給嬰兒



不會經一般社交接觸而傳播  
(如共用食具、共膳、擁抱、握手及接吻等)

## 經性接觸而傳播丙型肝炎的情況並不常見

不過，若性伴侶雙方都有**皮膚或黏膜破損**，  
在**沒有使用安全套**的情況下進行性行為  
會有機會傳播丙型肝炎病毒，  
尤其是進行可導致**血液接觸**的性行為。

男男性接觸者、愛滋病病毒感染者及性病感染者，  
經性接觸而感染丙型肝炎的風險會較大。



## 丙型肝炎病毒最常透過接觸感染者的血液而傳播



- 注射毒品人士共用針咀、針筒或任何其他可能含有血液的器具注射毒品
- 重用未被徹底消毒的醫療器材
- 輸入未經篩查的血液及血液製品
- 在醫護環境中，因工作接觸帶丙型肝炎病毒的血液或體液

## 診斷丙型肝炎必須透過血液測試



### 篩檢測試 (抗體測試)



抽血

或



篤手指

陽性

陰性

確認測試  
(核酸測試)

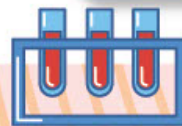
沒有感染  
丙型肝炎病毒

陽性

陰性

丙型肝炎患者

已從過往丙型肝炎中康復  
或  
已治癒丙型肝炎



# 丙型肝炎

# 肝炎

# 丁型(D型)肝炎

# 肝炎

## 丙型肝炎的治療



現時，「**直接抗病毒藥物**」是丙型肝炎的一線治療藥物，療程一般只需8至12個星期



成功把病毒清除後，能大大減低病人發展成肝硬化、肝癌及因肝臟疾病致死的風險。若治療前肝功能已經**惡化**，出現肝硬化或相關**併發症**，仍然需要繼續定期檢查。



丙型肝炎患者服用藥物康復後，並**不會**有具**保護性**的免疫力，應停止進行**高風險**行為，以預防**再次感染**丙型肝炎病毒



「**丁型肝炎病毒**」是需要在「**乙型肝炎病毒**」**同時存在**的情況下才能夠複製的病毒

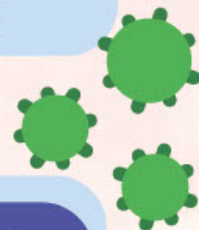


丁型肝炎經過血液和體液傳播

只能夠感染患有乙型肝炎的患者

可以引起嚴重併發症甚至死亡

只要有效預防乙型肝炎，便可以同時預防丁型肝炎病毒感染



# 戊型(E型)肝炎

# 肝炎

## 戊型肝炎的症狀及徵狀

- 戊型肝炎是由**戊型肝炎病毒**引起的**肝臟疾病**
- 潛伏期一般為2至10個星期不等



患者一般可**自行痊癒**，  
但在罕見情況下，  
急性戊型肝炎或會造成**暴發性肝炎**和**死亡**

懷孕的婦女感染戊型肝炎後，  
出現嚴重併發症  
(如急性肝衰竭、流產)的風險較高，  
如在懷孕第三期受感染，  
**死亡率**可高達20至25%。



戊型肝炎一般**不會**引致慢性肝炎



戊型肝炎患者多數是**成年人**，  
會出現與其它肝炎相類似的病徵。



腹部不適



小便顏色加深，  
就像茶一樣的顏色



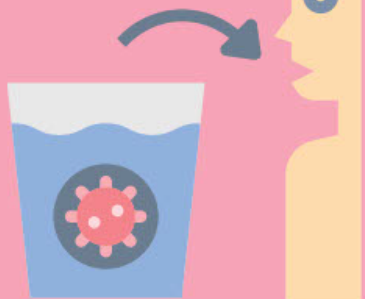
皮膚和眼白  
會變黃



疲倦

# 戊型肝炎

## 如何傳播？



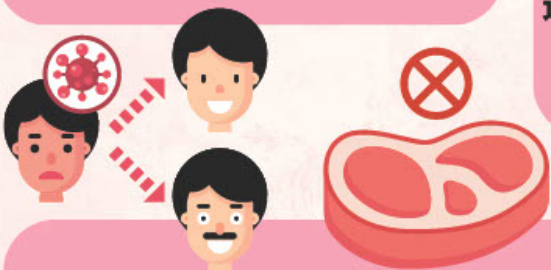
戊型肝炎病毒  
主要是通過糞口途徑傳播



戊型肝炎患者的  
糞便在病發後3至4星期  
仍可帶有病毒



其他罕見的傳播途徑  
包括  
透過輸入受感染的血液製品、  
器官移植及由孕婦傳給胎兒



豬隻和豬肝曾被驗出含有戊型肝炎病毒，  
進食來自受感染動物而未經煮熟的肉類或  
肉類產品如豬肝亦可傳播戊型肝炎

# 戊型肝炎

## 戊型肝炎的治療



目前沒有能改變  
急性戊型肝炎病情  
的治療方案



大部分患者  
在休息或接受支援性治療後  
(如舒緩不適、補充流失的水分)，  
便可在2至6星期內自行痊癒



## 預防方法



注意個人衛生，  
預備食物前及進食前應洗手



注意環境衛生，  
適當處理污水及排泄物，  
妥善處理及儲存食水，  
保持廚房及食具清潔



注意飲食衛生，  
食水飲用前要煮沸

所有食物，特別是蠔、蜆、貽貝  
和扇貝等雙殼類水產、豬肉和豬內  
臟，都應清洗乾淨並徹底煮熟



香港沒有  
可預防戊型肝炎的疫苗



當肝臟細胞異常生長，便會發展為肝癌，  
最為常見的肝癌是肝細胞癌。



在香港，大部分的肝癌病

例均與乙型肝炎病毒或丙型肝炎病毒感染有關

- 研究顯示有75 - 80%的肝細胞癌與慢性乙型肝炎相關，另外有3 - 6%與慢性丙型肝炎相關
- 其他引致肝癌的風險因素包括肝硬化、過量飲用酒精、糖尿病、肥胖、吸煙等



部分乙型肝炎和丙型肝炎患者未能清除病毒而  
發展為慢性肝炎，長遠會出現肝硬化或肝癌

感染乙型或丙型肝炎病毒後可持續數十年都沒有症  
狀，直至肝臟已被嚴重損害後才出現徵狀，  
如黃疸（皮膚及眼白泛黃）、小便呈茶色等



# 慢性肝炎患者 如何減低患上肝癌的風險？

## 定期檢查



- 患慢性乙型肝炎、慢性丙型肝炎或肝硬化的人士，患肝癌的風險較高
- 因應年齡、家族史、有否肝硬化等一些臨床準則，個別較高風險的群組應考慮定期接受甲胎蛋白和腹部超聲波作臨床監測（例如每6至12個月）
- 患慢性乙型肝炎、慢性丙型肝炎或肝硬化的人士應諮詢醫生意見，以決定臨床監測的需要及應如何進行



# 慢性肝炎患者 如何減低患上肝癌的風險？

## 抗病毒藥物治療



- 乙型肝炎患者可透過藥物治療抑制肝炎病毒複製，改善肝炎病情，從而減低肝硬化和肝癌的風險



要注意的是，並非每一位慢性乙型肝炎患者均需要接受藥物治療，醫生會根據患者的情況作詳細評估，以決定合適的治療方案

- 丙型肝炎患者應接受「直接抗病毒藥物」治療，治癒丙型肝炎。成功把病毒清除後，能大大減低病人發展成肝硬化、肝癌及因肝臟疾病致死的風險



## 慢性肝炎患者 如何減低患上肝癌的風險？

### 保持健康飲食及生活習慣

- 避免煙酒
- 保持均衡飲食及多吃新鮮蔬果
- 不要進食生或未煮熟的貝類海產
- 不要自行服用成分不明的藥物以免損害



#### 肝臟

- 多做體能活動及保持健康體重



資料來源：

Centres for Disease Control and Prevention, U.S. (2024). *Viral Hepatitis*. <https://www.cdc.gov/hepatitis/index.html>

World Health Organisation. (2024). *Guidelines on HIV, viral hepatitis and sexually transmitted infections*. <https://www.who.int/teams/global-hiv-hepatitis-and-stis-programmes/guidelines>

Viral Hepatitis Control Office, Department of Health, HKSAR. (2024). *What is hepatitis?* [https://www.hepatitis.gov.hk/english/what\\_is\\_hepatitis/function\\_of\\_liver.html](https://www.hepatitis.gov.hk/english/what_is_hepatitis/function_of_liver.html)

香港肝籌基金. (2014). *識惜相肝*. <http://www.liverfound.org.hk/index.php?id=3>



撰寫及插圖 (香港浸會大學持續進修教育學院護理教育部):

講師 何彩燕博士

學生 鄭凱琪、吳靜彤、吳清圓、馮子軒、林錦燁

顧問 (深水埗地區康健中心):

醫務顧問 區大鈞醫生 (家庭醫學專科醫生)

總護理統籌主任 鍾巧儀博士

製作日期：2024年7月