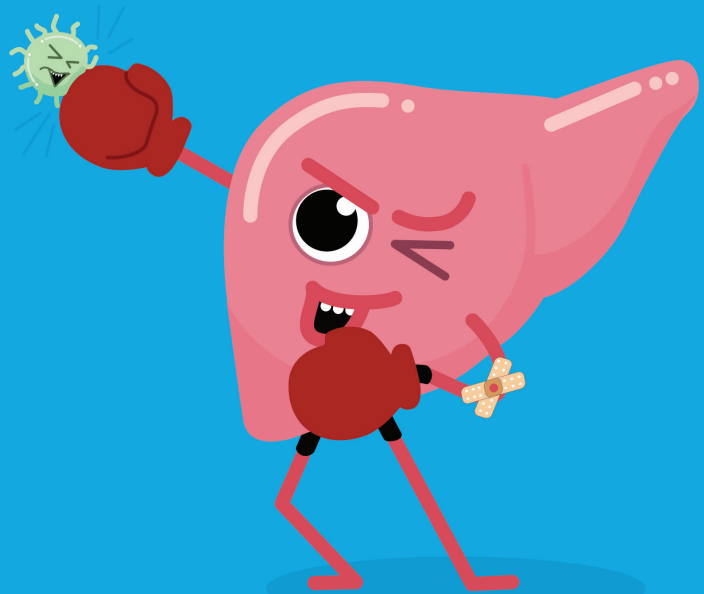


# 乙型肝炎



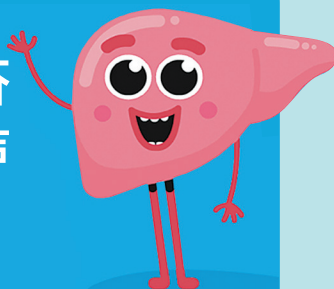
## 为什么你的肝脏很重要？

你所吃所喝的一切、皮肤接触的化学物质、吸入的毒素也会经过你的肝脏。

你的肝脏大约有500个不同的任务去保持你的身体正常运作。肝脏中两个最重要的工作就是清洗血液和消化食物。健康的肝脏也有助于增加能量、对抗感染，并清除有害的毒素。

但是受损的肝脏不能正常地做这些工作，所以保持肝脏健康至关重要。

### 对你最勤奋的器官说声“你好”



#### 肝脏冷知识：

- 它是身体内最大的器官。
- 它位于你身体的右侧，在肋骨后面。
- 它可以自动修复，制造健康的肝脏组织。
- 它分解并吸收体内的脂肪。
- 每分钟有 1.5 公升血液流经肝脏。

## 治疗

有效的治疗和定期检测可以管理慢性乙型肝炎的发展。

不是每个慢性乙型肝炎患者都需要治疗的，可能在他们体内的病毒量较少。然而，每个慢性乙型肝炎患者都应该定期去看医生进行肝脏检查。

治疗方法包括抗病毒药物，可是这不会消除病毒，反而是阻止或减缓乙型肝炎病毒繁殖。抗病毒药物会降低你患严重肝病的风险。

这抗病毒药物需要每天服用，为期一年或更长时间。你的医生会根据你的病史和当前使用的药物来制定适合你的疗程。

## 谈论你的忧虑

如果你对于身体有疑虑，可以请你的医生进行测试来评估你的肝脏健康。

如果你需要接受治疗，你的医生有可能会开药来控制病情。

Medicare 医疗保健卡可以让你以较低的成本获得针对乙型肝炎的肝脏治疗。





你的医生也可以把你介绍给肝脏专家。

Hepatitis Victoria 网站上列出了最新的肝脏诊所和肝脏专家的目录。

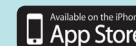
与朋友和家人交谈可以得到实际和情感支持。你也可以与医疗人员交谈，包括护士、治疗师、药剂师、和营养师。

## 保持身体健康的小贴士

Hepatitis Victoria 开发的 LiverWELL 手机应用程序免费提供了很多关于如何保持肝脏健康的信息。

-  吃得好— 减少高脂肪和高糖的食物
-  变得活跃— 尝试每天锻炼
-  感觉良好— 在情感上、精神上 and 身体上照顾好自己。
-  饮酒意识— 不要喝酒。

请访问 [www.liverwell.org.au](http://www.liverwell.org.au) 或下载 LiverWELL 应用程序，来查看更多有关管理肝脏健康的信息和实用提示。



## 寻找支持

**免费和匿名的肝炎信息热线 - 致电 1800 703 003**

训练有素的专业人士会倾听你的忧虑并提供更多意见。

### 有用的网站

[www.liverwell.org.au](http://www.liverwell.org.au)  
[www.loveyourliver.com.au](http://www.loveyourliver.com.au)  
[www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)

[www.hepvic.org.au](http://www.hepvic.org.au)  
[www.cancervic.org.au](http://www.cancervic.org.au)  
[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)

**LiverWELL**  
Incorporating HEPATITIS VICTORIA

[www.hepvic.org.au](http://www.hepvic.org.au)    [info@hepvic.org.au](mailto:info@hepvic.org.au)

此小册子是由Hepatitis Victoria制作，为一般的信息，不作为医疗建议。有关更多信息，请咨询你的医生。

# 什么是乙型肝炎？

# 如何会感染到乙型肝炎？

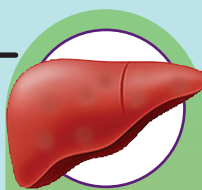
# 测试

## 你的肝脏

乙型肝炎是由经血液传播的病毒而导致的肝脏发炎。

如果没有及时治疗，乙型肝炎可使肝脏产生疤痕组织，形成纤维化。长久之下更会导致肝硬化，令肝脏不能正常运作。

未经治疗的乙型肝炎会增加肝衰竭和肝癌的风险。



炎症



肝纤维化



肝硬化



肝癌



肝衰竭

### 症状

乙型肝炎患者有可能感到的症状包括：

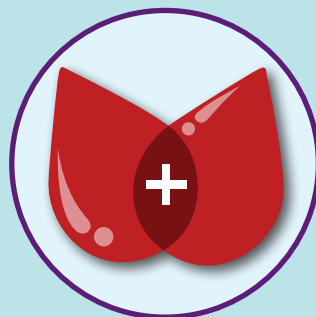
- 疲倦
- 恶心和食欲不振
- 流感般的症状
- 黄斑（皮肤和眼睛发黄）
- 肝部腹痛（腹部右侧肋骨后面）

### 好消息！

定期的身体检查和治疗可以减少发展到严重肝病的风险。

乙型肝炎通过接触受感染的血液或体液传播。

意思是乙型肝炎患者的血液或体液进入其他人的血液或身体。



### 高风险行为：

- 伴侣之间的性接触
- 母婴在生产时的接触
- 共享注射设备
- 未经消毒的纹身和穿孔
- 海外输血和医疗手术
- 曾于 1990 年前在澳洲输血

### 低风险行为：

- 针筒刺伤
- 打斗中的血液接触
- 共享剃须刀和牙刷
- 母乳喂养

### 乙型肝炎不会通过以下行为传播：

- 打喷嚏
- 接吻
- 咳嗽
- 拥抱
- 分享食物或餐具

乙型肝炎的检测包括一个简单的血液测试。任何全科医生（家庭医生）都可以安排这种血液检查。

## 乙肝测试结果会告诉你如果你有.....

当前感染—你现在患有乙肝。

第二次乙肝测试（6 个月后）。

你需要再次测试，去看看你是否仍然有乙肝。（如果你患有乙肝超过6个月，就是身体不能抵抗它。）

慢性乙肝

你已经患有乙肝超过 6 个月，这代表你会终生患有乙肝。

乙肝感染恢复期

你感染过乙肝，但你的免疫系统击退了它。你再不会患有乙肝的。

每6个月检查一次。  
你的性伴侣或家人也可能患有乙肝，需要跟他们谈谈接受测试的事。



你的性伴侣或家人也可能患有乙肝。跟他们谈谈接受测试的事。



免疫  
(疫苗注射)

你已接种疫苗，对乙肝免疫，也不会再患有乙肝的。

免疫  
(过去曾经感染)

因为你过去曾经感染乙肝，但你的免疫系统击退了它。你再不会患有乙肝的。

无免疫力

你没有患上乙肝，但你仍然有可能受感染。

无需注射

你已对乙肝免疫。



你的性伴侣或家人也可能患有乙肝。

跟他们谈谈接受测试的事。



注射乙肝疫苗

若有关于接种疫苗的问题，可以向你的医生或护士、社区健康诊所、性健康诊所、旅游诊所或 AMS 咨询。



## 注射疫苗

虽然目前并没有治愈乙肝的方法，但可以透过安全和有效的疫苗来预防。成人需要接种3次疫苗才能得到完全的保护。建议的时间表如下：

### 成人疫苗接种

0 个月（接种日）	>	第一次注射疫苗
1 个月	>	第二次注射
6 个月	>	第三次注射

## 预防

婴儿和儿童需要接种4次疫苗才能得到完全的保护。婴儿应在出生后 24 小时内首次注射疫苗。

### 儿童疫苗接种

出生	>	第一次注射疫苗
2 个月	>	第二次注射
4 个月	>	第三次注射
6 个月	>	第四次注射

\*作为全国疫苗计划的一部分，在澳洲出生的儿童需接种乙型肝炎疫苗。

病变可能需要 20-30 年