

# A、B、C型肝炎的傳染途徑與日常預防

## 什麼是A型肝炎

A型肝炎多為急性發作，潛伏期約2-4星期，主要傳染源為糞口傳染，約3-4星期是A型肝炎傳染性最高的時期，A型肝炎患者的糞便中帶有A型病毒，會藉由糞便污染的水源及食物傳染。

A型肝炎傳染途徑主要是經由糞口傳染，預防A型肝炎傳染最重要的是注重飲食、飲水衛生，維持良好健康的生活習慣。

- 1) 進食前、料理前應正確方式洗手
- 2) 避免生飲水，進食生食
- 3) 飲水及食物都應煮沸煮熟後再食用
- 4) 如廁後應用肥皂洗手
- 5) 注意環境清潔，定期消毒
- 6) 至疫區前，應先接種A型肝炎疫苗

## 什麼是B型肝炎

B型肝炎不會經由飲食傳染，B型肝炎的傳染途徑分為水平傳染、垂直傳染。

水平傳染：經帶有B型肝炎病毒的血液、體液傳染，經由皮膚、黏膜破損傷口感染，像是消毒不全的耳洞器具、共用注射針頭及針灸器具以及共更刮鬍刀、牙刷、眉刀等，都有可能因傷口感染B肝病毒，此外危險性行為也是有可能感染B型肝炎。

垂直傳染（母子傳染）：帶原B型肝炎的母親，生產時將B型肝炎病毒由胎盤、產道傳染給新生兒，故稱母子傳染，台灣約一半的B型肝炎患者都是經由母子傳染的。

大多肝炎是沒有明顯症狀，當感染B型肝炎時，若有出現相似症狀，須要多注意或盡快就醫。

肝臟本身沒有神經，就算出現肝炎情形，也不易有疼痛的感覺，也因肝臟細胞具有再生能力，被發炎所破壞的肝臟細胞可很快再生新生的細胞，故多數肝炎發生是沒有明顯症狀。

常見症狀像是噁心、嘔吐、食慾不振、疲倦、腹脹、上腹部不適、黃疸、皮膚及眼白黃、茶色尿等

## B型肝炎的日常預防

### 1) 避免血液、體液傳染

B型肝炎並非由飲食傳染，主要是經由血液、體液傳染，應避免危險性行為，同時也要避免共用牙刷、刮鬍刀、針頭、刺青及穿耳洞器具，若有進行侵入性治療，因注意器械的消毒，或直接選用拋棄式器械。

### 2) 主動施打疫苗

自身無B型肝炎帶原者，且也無表面抗體(Anti-HBs)及核心抗體者(Anti-HBc)者，應主動接受B肝疫苗注射，讓自身產生保護抵抗力，避免被B型肝炎病毒傳染。

### 3) 斷絕垂直傳染

自民國73年起，推行新生兒接種B型肝炎疫苗，母親若為B型肝炎帶原者，同時e抗原呈陽性反應，新生兒出生就需施打B肝疫苗，並在出生24小時內注射B型肝炎免疫球蛋白。

## 什麼是C型肝炎

C型肝炎主要是經由帶有C型肝炎病毒的血液或黏膜感染，像是共用針具注射及刮鬍刀和牙刷、受污染的血液及血液製劑、滅菌不全器械等感染，肝炎症狀可能出現的症狀與B型肝炎極為相似，疲倦、發燒、厭食、噁心、嘔吐、黃疸、腹部不適等症狀，約70-80%的C型肝炎感染者會演變成慢性肝炎。

目前無C型肝炎疫苗可接種預防，平時應採取預防防護措施，避免共用侵入性針具及不必要的輸血。

維持良好個人衛生習慣，不與他人共用個人用品（刮鬍刀、牙刷），以及安全全程使用保險套，避免危險性行為。