

慢性乙型肝炎 活得健康

慢性乙型肝炎

- 乙型肝炎是由乙型肝炎病毒感染所引起的肝脏疾病，部分患者未能清除病毒而发展为**慢性乙型肝炎**
- 慢性乙型肝炎患者可持续没有症状，直至肝脏受严重损害后才出现征状
- 未有接受治疗的慢性乙型肝炎患者当中，约 15-40% 长远会出现**肝硬化或肝癌**。

慢性乙型肝炎患者应

- 定期进行检查
- 遵从医生指示接受治疗及跟进
- 保持健康饮食及生活习惯
- 采取预防措施，预防病毒传播

定期检查

慢性乙型肝炎患者无论有否出现症状，都应定期进行检查，及早察觉肝脏的变化。

定期检查一般包括：

- 血液测试 (如肝功能、甲胎蛋白、病毒量等)
- 肝脏超声波检查

遵从医生指示接受治疗及跟进

抗病毒药物能有效抑制乙型肝炎病毒复制，减低患上肝硬化、肝衰竭及肝癌的风险。

- 医生会根据慢性乙型肝炎患者的个别情况如肝功能、病毒指数、肝脏纤维化的程度和有否出现并发症等因素作详细评估，以决定何时需要抗病毒药物治疗
- 抗病毒药物并不能完全清除乙型肝炎病毒，大部份患者需要长期每日服药
- 慢性乙型肝炎患者应遵照医生指示服用抗病毒药物，**切勿因病毒量已经受控或肝功能回复正常而自行减药或停药**，否则可引致肝炎复发、肝衰竭，甚至死亡
- 若忘记依时服药，请尽快补服。但若第二天才发现，便只须服用当天的剂量，不要在一天内服用两倍剂量

- 常用的乙型肝炎口服抗病毒药物包括恩替卡韦和替诺福韦
 - ✓ 成效良好
 - ✓ 副作用少
 - ✓ 服用方便（通常每天只需服用一次）

恩替卡韦 entecavir

➤ 须空腹服用，建议餐前至少两小时或餐后至少两小时服用
食物会减低恩替卡韦的吸收，影响药物疗效

替诺福韦 tenofovir

- 毋须空腹服用
- 有两种配方：
 1. **富马酸替诺福韦 tenofovir disoproxil fumarate (TDF)**
 - 适合乙型肝炎病毒载量属高水平的孕妇服用，以减低将乙型肝炎病毒传给婴儿的风险
 2. **磷丙替诺福韦 tenofovir alafenamide (TAF)**
 - 适合肾病和骨质疏松症患者服用

保持健康饮食及生活习惯

- 避免烟酒
- 不要进食生或未煮熟的贝类海产
- 不要自行服用成分不明的药物以免损害肝脏
- 保持均衡饮食及多吃新鲜蔬果
- 多做体能活动及保持健康体重

预防传染

- 家庭成员和性伴侣应及早进行乙型肝炎血液测试，如没有乙型肝炎抗体及未受感染，应考虑接种乙型肝炎疫苗
- 若性伴侣的乙型肝炎免疫情况不详或尚未完成疫苗接种，应采取安全性行为及使用安全套
- 处理任何皮肤损伤时应戴上手套，并妥善包扎
- 处理受血液或体液污染的物品时应戴上手套，及使用家用漂白水消毒
- 切勿与他人共享剃刀、指甲刀等有机会受血液污染的用具
- 切勿与他人共享针筒针咀或其他注射用具

有关乙型肝炎感染和治疗的更多信息，请咨询你的医生



www.hepatitis.gov.hk

卫生署 特别预防计划 控制病毒性肝炎办公室 2024 年 1 月