

# 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臟疾病，部分患者未能清除病毒而發展為**慢性乙型肝炎**
- 慢性乙型肝炎患者可持續沒有症狀，直至肝臟受嚴重損害後才出現徵狀
- 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**。

## 慢性乙型肝炎患者應

- 定期進行檢查
- 遵從醫生指示接受治療及跟進
- 保持健康飲食及生活習慣
- 採取預防措施，預防病毒傳播

## 定期檢查

慢性乙型肝炎患者無論有否出現症狀，都應定期進行檢查，及早察覺肝臟的變化。

定期檢查一般包括：

- 血液測試 (如肝功能、甲胎蛋白、病毒量等)
- 肝臟超聲波檢查

## 遵從醫生指示接受治療及跟進

抗病毒藥物能有效抑制乙型肝炎病毒複製，減低患上肝硬化、肝衰竭及肝癌的風險。

- 醫生會根據慢性乙型肝炎患者的個別情況如肝功能、病毒指數、肝臟纖維化的程度和有否出現併發症等因素作詳細評估，以決定何時需要抗病毒藥物治療
- 抗病毒藥物並不能完全清除乙型肝炎病毒，大部份患者需要長期每日服藥
- 慢性乙型肝炎患者應遵照醫生指示服用抗病毒藥物，切勿因**病毒量已經受控**或**肝功能回復正常**而自行**減藥**或**停藥**，否則可引致**肝炎復發**、**肝衰竭**，甚至**死亡**
- 若忘記依時服藥，請盡快補服。但若第二天才發現，便只須服用當天的劑量，不要在一天內服用兩倍劑量

- 常用的乙型肝炎口服抗病毒藥物包括恩替卡韋和替諾福韋
  - ✓ 成效良好
  - ✓ 副作用少
  - ✓ 服用方便（通常每天只需服用一次）

### **恩替卡韋 entecavir**

- 須空腹服用，建議餐前至少兩小時或餐後至少兩小時服用  
食物會減低恩替卡韋的吸收，影響藥物療效

### **替諾福韋 tenofovir**

- 毋須空腹服用
- 有兩種配方：
  1. 富馬酸替諾福韋 **tenofovir disoproxil fumarate (TDF)**
    - 適合乙型肝炎病毒載量屬高水平的孕婦服用，以減低將乙型肝炎病毒傳給嬰兒的風險
  2. 磷丙替諾福韋 **tenofovir alafenamide (TAF)**
    - 適合腎病和骨質疏鬆症患者服用

### **保持健康飲食及生活習慣**

- 避免煙酒
- 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
- 保持均衡飲食及多吃新鮮蔬果
- 多做體能活動及保持健康體重

### **預防傳染**

- 家庭成員和性伴侶應及早進行乙型肝炎血液測試，如沒有乙型肝炎抗體及未受感染，應考慮接種乙型肝炎疫苗
- 若性伴侶的乙型肝炎免疫情況不詳或尚未完成疫苗接種，應採取安全性行為及使用安全套
- 處理任何皮膚損傷時應戴上手套，並妥善包紮
- 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
- 切勿與他人共用剃刀、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

**有關乙型肝炎感染和治療的更多資訊，請諮詢你的醫生**



[www.hepatitis.gov.hk](http://www.hepatitis.gov.hk)

衛生署 特別預防計劃 控制病毒性肝炎辦公室 2024 年 1 月