

A 型肝炎（甲型肝炎） Hepatitis A

甚麼是肝炎？

“肝炎”顧名思義就是指肝臟發炎。致病原因可能是由於某些疾病，藥物，酗酒，細菌或病毒的感染。肝臟的功能包括為身體儲存能量，過濾血液中的毒素，製造膽汁幫助消化，以及分解蛋白質、脂肪、和碳水化合物等。肝炎可以造成肝臟受損和導致肝臟失去正常的功能。

常見的肝炎類型包括 A、B、和 C 型。不同類型的肝炎各有不同的傳播途徑，預防及治療的方法也不相同。今期的內容將重點介紹 A 型肝炎（或稱“甲型肝炎”）。

A 型肝炎是怎樣傳播的？

A 型肝炎是由 A 型肝炎病毒引起的。這種疾病一般是通過接觸被帶菌者糞便污染過的食物、飲品、或物體而傳染。常見的傳染案例通常是因為帶菌者使用洗手間後沒有徹底洗手、然後觸摸其他食物或物體而導致的。A 型肝炎病毒也可以通過性接觸傳播。在衛生條件不佳的國家裏，飲用被 A 型肝炎病毒污染的水源也可能導致感染。食物中，水果，蔬菜及貝殼類最容易受污染。值得注意的是，受感染者在發病或出現病徵之前即可以把病毒傳染給他人。

哪些人有患上 A 型肝炎的風險？

雖然任何年齡及種族背景的人都可能患上 A 型肝炎，但以下的因素會增加患病的風險：

- 在 A 型肝炎盛行的國家裏居住或旅遊（中美洲，南美洲，墨西哥，某些亞洲地區，非洲及東歐）
- 使用毒品
- 與患有 A 型肝炎的人同住

- 與患有 A 型肝炎的人發生性行為
- 自身患有其他類型的肝炎或肝臟疾病
- 自身患有血友病或其他凝血因子疾病

A 型肝炎有甚麼症狀？

有些人在感染 A 型肝炎病毒後從不發病或出現任何病症。發病的感染者之中，症狀通常在受感染後二至七星期內出現。常見的 A 型肝炎症狀包括：

- 疲倦
- 食慾不振
- 噁心或嘔吐
- 肌肉酸痛
- 輕度發燒
- 小便深褐色
- 腹部疼痛或不適
- 黃疸 - 皮膚或眼睛發黃

如何診斷 A 型肝炎？

A 型肝炎可以通過驗血診斷。如果您出現 A 型肝炎的症狀或您認為受到病毒的感染，請儘快與醫療人員聯絡。

如何治療 A 型肝炎？

A 型肝炎沒有具體的治療方法。與 B 型和 C 型肝炎不同之處，A 型肝炎一般只是急性的疾病，通常並不會轉化為長期性疾病。有些受感染者從不發病；而出現症狀的人多數能在兩個月內完全康復。如果病人同時患有其他疾病或其他類型的肝炎，A 型肝炎所需的康復時間可能會延長，症狀可能也會較為嚴重。

A 型肝炎的患者應該多休息，多喝水，保持均衡的飲食，和避免喝酒。某些種類的藥物也應該避免服用；請向醫療人員諮詢詳情。在非常罕見的案例中，如果病人出現劇痛、脫水、或肝功能衰

竭等的嚴重情況，病人可能需要住院或接受肝移植手術。

A 型肝炎可以預防嗎？

當然可以！預防 A 型肝炎最有效的方法是注射預防針。此外，良好的個人衛生習慣也能降低感染和傳播 A 型肝炎病毒的風險：

1. 請在以下情況下用肥皂徹底洗手：
 - 如廁後
 - 烹飪或觸碰食物前
 - 換尿布後
2. 徹底洗淨水果蔬菜，並去皮後才吃
3. 避免進食生的或未經煮熟的海鮮，特別是貝殼類

4. 到 A 型肝炎發病率高的國家旅行，避免食用生的水果，蔬菜及飲用自來水（包括冰塊）

甚麼是 A 型肝炎預防針？

A 型肝炎的預防針，有包括兩針的注射。兩次的注射時間應該相隔六個月或以上。完成兩次注射後，可獲 A 型肝炎的長期免疫力。一歲以上的兒童，來往國際的旅行者或居住在高感染風險國家的人仕，均建議接受預防注射。

自從美國在 1995 年引進 A 型肝炎疫苗後，A 型肝炎的發病率大大減少。任何人欲想避免患上 A 型肝炎，可以向醫生查詢，接受安全且有效的 A 型肝炎預防疫苗注射。

想了解更多關於 A 型肝炎的資訊，請查詢：

- 美國疾病預防及控制中心
www.cdc.gov/hepatitis/HepatitisA.htm