

A 型肝炎（甲型肝炎）

Hepatitis A

甚麼是肝炎？

”肝炎”顾名思义就是指肝脏发炎。致病原因可能是由於某些疾病，药物，酗酒，细菌或病毒的感染。肝脏的功能包括为身体储存能量，过滤血液中的毒素，製造胆汁帮助消化，以及分解蛋白质、脂肪、和碳水化合物等。肝炎可以造成肝脏受损和导致肝脏失去正常的功能。

常见的肝炎类型包括 A、B、和 C 型。不同类型的肝炎各有不同的传播途径，预防及治疗的方法也不相同。今期的内容将重点介绍 A 型肝炎（或称”甲型肝炎”）。

A 型肝炎是怎样传播的？

A 型肝炎是由 A 型肝炎病毒引起的。这种疾病一般是通过接触被带菌者粪便污染过的食物、饮品、或物体而传染。常见的传染案例通常是因为带菌者使用洗手间後没有彻底洗手、然後触摸其他食物或物体而导致的。A 型肝炎病毒也可以通过性接触传播。在卫生条件不佳的国家裏，饮用被 A 型肝炎病毒污染的水源也可能导致感染。食物中，水果，蔬菜及贝壳类最容易受污染。值得注意的是，受感染者在发病或出现病徵之前即可以把病毒传染给他人。

哪些人有患上 A 型肝炎的风险？

虽然任何年龄及种族背景的人都可能患上 A 型肝炎，但以下的因素会增加患病的风险：

- 。在 A 型肝炎盛行的国家裏居住或旅遊（中美洲，南美洲，墨西哥，某些亚洲地区，非洲及东欧）
- 。使用毒品
- 。与患有 A 型肝炎的人同住
- 。与患有 A 型肝炎的人发生性行为
- 。自身患有其他类型的肝炎或肝脏疾病
- 。自身患有血友病或其他凝血因子疾病

A 型肝炎有甚麼症状？

有些人在感染 A 型肝炎病毒後从不发病或出现任何病症。发病的感染者之中，症状通常在受感染後二至七星期内出现。常见的 A 型肝炎症状包括：

- 。疲倦
- 。食慾不振
- 。噁心或呕吐
- 。肌肉酸痛
- 。轻度发烧
- 。小便深褐色
- 。腹部疼痛或不适
- 。黄疸 - 皮肤或眼睛发黄

如何诊断 A 型肝炎？

A 型肝炎可以通过验血诊断。如果您出现 A 型肝炎的症状或您认为受到病毒的感染，请儘快与医疗人员联络。

如何治疗 A 型肝炎？

A 型肝炎没有具体的治疗方法。与 B 型和 C 型肝炎不同之处，A 型肝炎一般只是急性的疾病，通常并不会转化为长期性疾病。有些受感染者从不发病；而出现症状的人多数能在两个月内完全康复。如果病人同时患有其他疾病或其他类型的肝炎，A 型肝炎所需的康复时间可能会延长，症状可能也会较为严重。

A 型肝炎的患者应该多休息，多喝水，保持均衡的饮食，和避免喝酒。某些种类的药物也应该避免服用；请向医疗人员咨询详情。在非常罕见的案例中，如果病人出现剧痛、脱水、或肝功能衰竭等的严重情况，病人可能需要住院或接受肝移植手术。

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 型肝炎病毒的风险：

1. 請在以下情況下用肥皂徹底洗手：
 - 。 換尿布後
 - 。 如廁後
 - 。 烹飪或觸碰食物前
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士，均建議接受預防注射。如今已有預防 A 型及 B 型兩種肝炎的合併疫苗面世。只適合 18 歲及以上的人士注射。這種疫苗需要在 6 個月內分 3 次注射

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

<http://www.cdc.gov/hepatitis/HAV/index.htm>