

Hepatitis C ➤ 2. 诊断之初

- 2.1 丙型肝炎是什么？
- 2.2 丙型肝炎病毒怎样影响人的肝脏？
- 2.3 您是怎样感染上丙型肝炎病毒的？
- 2.4 基因型是什么？
- 2.5 丙型肝炎的症状表现是什么？
- 2.6 我有丙型肝炎：我应该如何预防将病毒传染给其他人？
- 2.7 我可以有性行为吗？
- 2.8 与其他病毒的合并感染
- 2.9 饮酒和吸毒的影响是什么？
- 2.10 保持健康/照顾自己

2.1 丙型肝炎是什么？

肝炎的字面意思是肝脏的炎症。过度饮酒、一些药品和化学物质以及有些病毒都可以引起肝炎。引起肝炎的主要病毒有甲型肝炎病毒、乙型肝炎病毒和丙型肝炎病毒。这些病毒都各不相同——唯一的共同之处就是他们都影响人的肝脏。

丙型肝炎和乙型肝炎可以引起慢性肝炎，换句话说，就是肝脏的炎症持续 6 个月以上。我们现在已经有了相应的疫苗来预防甲型肝炎病毒和乙型肝炎病毒的感染。但目前还没有针对丙型肝炎的疫苗。您看的这本小册子中大部分的内容会是关于丙型肝炎。

2.2 丙型肝炎病毒怎样影响人的肝脏？

肝脏对人的身体健康至关重要，因为肝脏的很多功能可以让您保持健康。

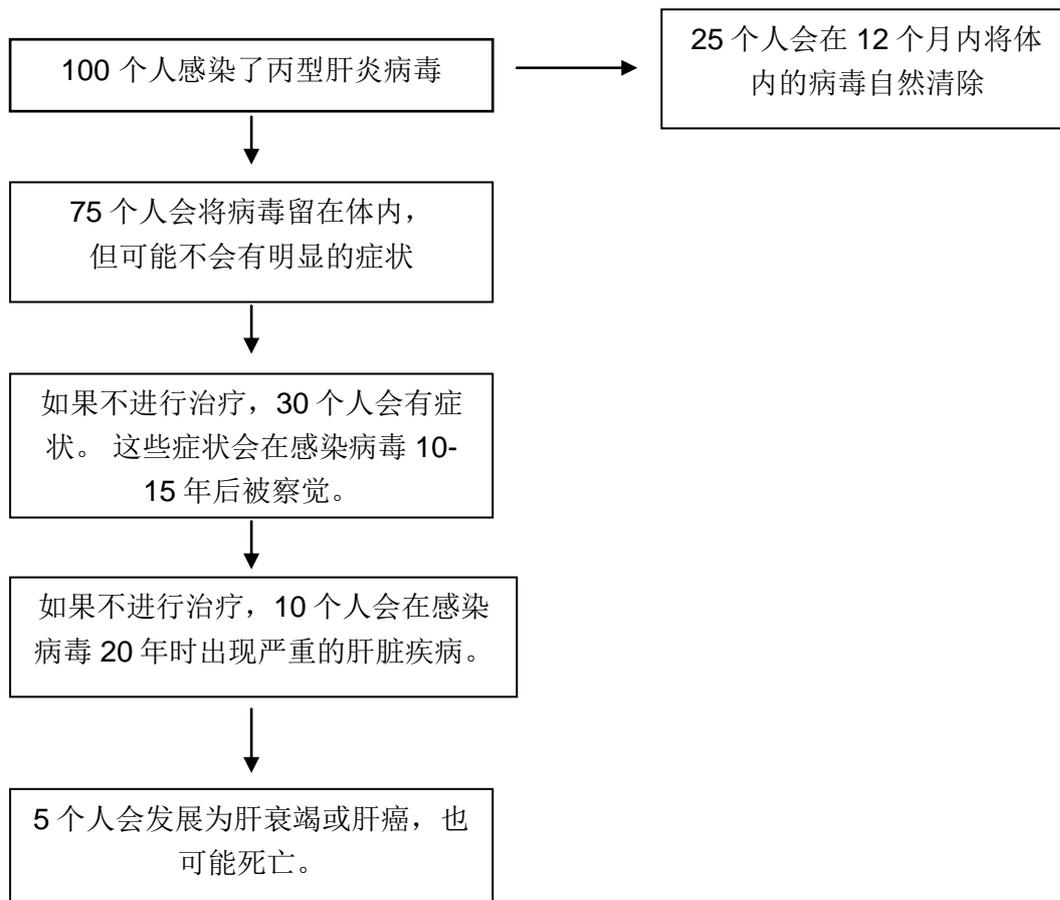
肝脏可以：

- 清理血液中的废物、激素、药物和其他毒素；
- 制造、贮存并释放糖、脂肪以及蛋白质；
- 帮助食物消化；
- 贮存维生素、矿物质和铁。

丙型肝炎病毒可以经过很长一段时间引起慢性炎症并导致肝脏损害。长期下去，更多的肝细胞被破坏或被消灭，从而导致肝脏疤痕。这个过程我们称之为**纤维化**。严重的纤维化可以使肝脏变硬而不能正常工作，这种状态也称之为**肝硬化**。少数情况下，严重的肝损害可以导致肝衰竭和肝癌。

丙型肝炎可以对人造成不同程度的影响。有的人几乎不受影响，而有的人则受到的影响很大。研究表明，大约有 25% 的丙型肝炎病毒感染者会在 12 个月之内将体内的病毒清除。因此，这些人就不再受感染，也不会把病毒传染给他人。对于那些没能将病毒清除的人，留在体内的丙型肝炎病毒会经过多年之后导致肝损害。

丙型肝炎病毒感染



2.3 您是怎样感染上丙型肝炎病毒的？

丙型肝炎病毒是从一个病毒感染者的血液进入到另一个人的血液时得以传播的。在澳大利亚，大多数丙型肝炎病毒感染者是通过共用毒品注射器具被传染的，如海洛因（Heroin）、speed、类固醇（steroids）。有些人可能在 1990 年以前进行输血时被感染上丙型肝炎病毒。很多出生在海外的人是以前通过未消毒的医疗操作、口腔治疗、美容手术、疫苗注射而被感染的。即使现在，丙型肝炎在一些国家中仍然是通过以上方式进行传播。

丙型肝炎病毒还可以通过以下途径进行传播：

传播途径	传染的危险性
共用或使用二手的毒品注射器具	高
在海外进行的未消毒的医疗操作、口腔治疗、美容手术、疫苗注射	高
未消毒的纹身和穿刺	高
意外的针刺伤	中/低
生育之前或生育过程中的母婴传播	中/低

共用剃须刀或牙刷	低
在澳大利亚 1990 年以前进行的输血	低
在澳大利亚 1990 年 2 月以后进行的输血	非常低
性行为（没有血液和血液接触）	非常低
哺乳	非常低

资料来源:

www.ntahc.org.au “丙型肝炎 – 我有危险吗?”

www.hepatitisaustralia.com “丙型肝炎: 人们是如何感染的” 知识手册

www.health.gov.au “国家丙型肝炎资料手册” 第二版

丙型肝炎不会通过社会交往传染。通过蚊虫叮咬、拥抱、接吻、喷嚏、咳嗽、食物和饮酒共享、公用碟子、餐具、洗衣店和卫生间都不会感染丙型肝炎。

2.4 什么是基因型?

基因型是您感染的丙型肝炎的病毒类型。丙型肝炎病毒至少有六个不同的基因型。了解您所拥有的基因型是很重要的，因为这决定了您需要的药物，以及需要治疗的时间长度。基因型不是指肝脏疾病的严重程度。

2.5 丙型肝炎的症状表现是什么?

有些丙型肝炎病毒感染者在很多年内都没有任何症状。对于那些有症状的人，症状也基本上和感冒相似。有些人可能会出现恶心、极度疲倦、肝部疼痛或不适。明确您是否接触过丙型肝炎病毒的唯一方法是做血液检查。这项检查在您的家庭医生那里就可以做。

2.6 我有丙型肝炎：我应该如何预防将病毒传染给其他人?

在家里:

- 不与他人共用剃须刀、牙刷、指甲刀;
- 戴着胶皮手套，使用肥皂、温水和漂白水仔细清理流出的血液;
- 沾有血渍的绷带、衣物、敷料、棉球、卫生护垫都应放在塑料袋中，然后扔到垃圾箱;
- 避免可能有血液与血液接触的性行为，如月经期性行为。应当每次都使用安全套。

如果您注射毒品:

如果您注射毒品，应当每次使用自己的和新的针头、注射器、或其它注射器具。共用注射器具可能导致丙型肝炎、乙型肝炎、以及艾滋病病毒的传染。您应当谨慎处理您的注射器具，以免他人再次使用。

当您在海外旅行时:

一直保持“血液意识”（就是对任何场合中可能或实际的出血保持警惕）并注意减少任何血液与血液接触的行为是非常重要的，尤其是在另一个国家。纹身和未消毒的注射都应当避免。在某些国家，口腔和医疗的操作也有造成丙型肝炎传染的危险。

2.7 我可以有性行为吗？

性接触引起丙型肝炎传染的危险性很小。但是，当有出血的情况出现时，性行为就应格外小心了，如在月经期间的性行为。当有出血时，建议您在性交时使用安全套。安全套可以保护您免受性传播疾病的传染，如艾滋病和乙型肝炎。

请记住：丙型肝炎感染者可以过健康充实的生活，也不会对家人、同居一室的人、或同事造成危险。

2.8 与其他病毒的合并感染

合并感染是指一种以上的病毒引起的感染。丙型肝炎病毒感染者可能同时合并艾滋病病毒和乙肝病毒感染，主要是因为这些病毒的传播方式很相似——都是通过血液和血液的接触。合并感染可以加速丙型肝炎的进展，增加发展成肝脏疾病或肝癌的危险。

2.9 饮酒和吸毒的影响是什么？

如果在有丙型肝炎的情况下仍然饮酒，那么您得肝脏疾病的危险性就会更高，包括肝硬化。饮酒还会影响您治疗药物的反应，使药物的治疗作用低。

如果您有慢性丙型肝炎，但不是肝硬化，我们建议您少饮酒，不多于每周7个标准量。如果您有肝硬化，我们就建议您不要饮酒。

吸烟或吸毒（如大麻），都可以加速肝脏疾病的进程，增加心脏疾病发生的危险。

2.10 保持健康/照顾自己

如果您有丙型肝炎，生活中有很多方法可以让您保持健康并减少更严重肝脏疾病发生的危险。

- 保持低脂、低糖、低盐的健康饮食
- 少饮或不饮酒
- 足够的休息
- 规律的适量运动
- 尽量避免或减少压力
- 喝大量的水
- 避免服用那些会损害肝脏的药物
- 如果您要服用维生素或其它辅助性药物（如中草药），请向您的医生或护士咨询