

什么是乙型肝炎



什么是乙型肝炎?

乙型肝炎是侵袭肝脏的传染病。它是由乙型肝炎病毒 (HBV) 引起的。全美人口中大约 4.9% (20个人中有1人) 受HBV感染。最健康的成年人和年龄较大的儿童感染HBV时，他们的免疫系统能够排斥感染。他们经过短暂或“急性”乙型肝炎感染。许多被感染者没有症状，甚至不知道自己被感染。但是在接触HBV的人中，5%的成年人和90%的婴儿无法消除感染。他们的免疫系统不够强壮，无法排斥感染，或者，年龄很小的儿童无法识别HBV是敌对病毒。

因此，大约90%受感染母亲所生的婴儿患乙型肝炎。

被HBV感染六个月或者更长时间的人，就称为患有长期或“慢性”感染。美国疾病控制和预防中心(CDC)的资料显示，全美有125万个慢性乙型肝炎患者，其中大约20%至30%是在儿童时代感染的。

乙型肝炎对我有什么影响?

许多慢性乙型肝炎患者没有症状，过着正常的生活。但是有些人因为乙型肝炎肝脏受到损害，尤其是如果他们被感染多年甚至数十年。乙型肝炎患者中，大约四个人当中就有一个人可能有严重的肝脏损坏。在最严重的情形中，乙型肝炎可能导致肝癌和肝功能衰竭。肝脏是最大的内部器官，负担许多重要功能，它消化食物，过滤除去药物和毒素，储存维生素、矿物质和糖。还有其它病毒引起肝炎或“肝脏炎症”。甲型肝炎是最常见的肝炎病毒。儿童一般通过甲型肝炎污染的食物或水患上这种肝炎。甲型肝炎尚无法治愈，但是人体通常能清除病毒，而且它不会

造成长期感染。甲型肝炎可以利用疫苗来预防，乙型肝炎患者应当注射甲型肝炎疫苗。我们最不愿看到的是你的肝被另外一种病毒感染。

还有一种侵袭肝脏的病毒，即丙型肝炎。没有预防丙型肝炎的疫苗。

乙型肝炎是怎样传播的?

乙型肝炎是一种血液感染，换言之，在受感染的人的血液和体液中发现这种病毒。如果HBV感染的血液或体液通过伤口或其它开口处进入你的体内，你极有可能被感染。HBV是一种生命力很强的病毒；它甚至能够在凝结的血液中存活数天！因此，如果与受感染的伴侣发生没有保护的性关系，或者HBV感染的血液或分泌物接触伤口甚至是裂开的皮肤，都容易感染。受感染母亲所生的婴儿很容易被感染，因为他们在出生时与母亲的体液接触。HBV也容易通过医疗器械传染，比如针头和注射器重复使用或者没有彻底消毒。HBV还可以通过煮锅、棉球和用于注射药物的其它器具上的小量血液来传染。与血液接触且能够传染病毒的其它器具包括剃刀、耳环或牙刷，以及纹身和穿刺人体的工具。



HEPATITIS B
SUPPORT PROJECT

什么是乙型肝炎



What Is Hepatitis B?

怎样预防乙型肝炎

有一种十分安全、有效的疫苗可以预防乙型肝炎。该疫苗使用三针系列注射。卫生官员建议所有婴儿在出生时注射这种疫苗，所有儿童和青少年接受免疫接种。他们建议在工作中有乙型肝炎感染风险或者可能与受感染的伴侣或家人接触的成年人接受免疫接种。

通过接受免疫接种，全美的急性乙型肝炎发病率在过去的15年降低了78%。然而，没有接受免疫接种的成年人的HBV感染率仍然最高，在2005年的51,000个新HBV感染个案中，估计他们占95%。因此，成人接受免疫十分重要。除了免疫接种之外，我们可以遵循下列做法来预防HBV感染：

- 永远采用比较安全的性交方式，防止在进行口交、阴道交或肛交等性行为时交换体液。
- 切勿共用牙刷、剃刀、耳环或者其它能够接触血液或体液的物品。
- 立即包扎伤口或擦伤，防止接触血液。
- 如果你和可能感染物质之间没有隔层，切勿接触任何人的血液或体液。
- 务必使受感染母亲所生的婴儿立即接受疫苗，并且使用乙型肝炎免疫球蛋白(HBIG)治疗，该药物包含乙型肝炎抗体，帮助抑制感染。

乙型肝炎的治疗

你感染乙型肝炎时，医生会定期给你验血，观察肝病病状。他们密切注视两点，一是病毒负荷，即你血液循环中的HBV DNA含量，二是反映肝脏受损情况的肝酶。医生要使你

保持低病毒负荷，正常肝酶，他们要增强你的免疫系统，以便有效抑制感染。今天，有帮助治疗乙型肝炎的药物，但不能治愈。这些药物叫做干扰素和抗病毒药。

干扰素

干扰素是人体内的一种天然蛋白质，它增进免疫系统抑制感染。研究人员研发的人造干扰素帮助你的免疫系统抑制肝内的感染，增加抑制病毒的抗体。干扰素可以增进你的肝脏健康，降低病毒负荷。

干扰素治疗在一段时间进行，通常是几个月，这种治疗可以带来永久的改进，不会造成抵抗病毒，因此，干扰素可能是治疗的首选。干扰素可能引起抑郁，所以医生可能在治疗时开抗抑郁药给你，减少这种副作用。

专家们说，你的免疫系统积极抑制感染时，即在高于正常ALT水平而病毒负荷较低时，病毒干扰素治疗最有效。美国食品及药物管理局(FDA)已经批准两种治疗乙型肝炎的干扰素药物。常规干扰素需要每星期打三针。使用干扰素a 治疗的人中有大约30%能够降低病毒负荷，改进肝脏健康。

FDA最新批准的干扰素叫做长效干扰素(pegylated interferon)。该药物治疗丙型肝炎十分有效，并且只需要每星期打一针。长效干扰素设定了释放时间，所以它留在你的肝内帮助免疫系统抑制感染。这种干扰素看来在降低病毒负荷及改进肝脏健康方面比常规干扰素更好，所以，现在绝大多数医生使用长效干扰素治疗乙型肝炎。目前，长效干扰素仅批准用于成年人。

抗病毒药物

抗病毒药有药丸或药液两种形式，它干扰HBV的繁殖过程，使它无法创造新的HBV。FDA批准了四种抗病毒药。这四种药的区别

什么是乙型肝炎



What Is Hepatitis B?

在于每一种药针对病毒的不同部分。但是随着时间的推移，尽管使用抗病毒药丸治疗，HBV能够发生突变，继续繁殖。这叫做病毒“抵抗力”，因为病毒能够“抵抗”抗病毒药物。

抗病毒药物在一段时期内可以降低病毒负荷和肝酶水平，但是出现抵抗时，这些水平会开始再度上升。研究人员还没有研发出一种完美的抗病毒药或者综合治疗方法来一举根除所有的HBV。抗病毒药物极少带来副作用症状。

保持健康

除了治疗之外，还可以通过其他方法来控制乙型肝炎和改善肝脏健康。良好的营养对保持肝功能正常很重要。低脂肪、盐和糖的平衡饮食很重要。包含铁、维生素A或维生素D的高剂量维生素补品会伤害肝脏，应当避免。而且，尽量避免酒类、某些药物、化学品和吸烟。除非你身体不适，适当的锻炼可以帮助控制压力和疲劳。

结论

许多HBV感染的慢性患者都能过正常的生活，从来没有发生过严重的肝损害。然而，有的患者确实发展成严重肝脏疾病。如果你被HBV感染，最好的对应措施之一就是积极参与治疗。与医生交谈，了解治疗是否适合你。此外，改变生活方式，增进健康，放慢疾病进展，包括好的营养、锻炼和压力管理。每年，研究人员对乙型肝炎都有新的了解，发现新的治疗方法，将来总会有一天可以为所有的人根除这种病毒感染。

This HCSP FAQ is available in the following foreign languages:

- Chinese
- Korean
- Spanish
- Vietnamese

<http://www.hbvadvocate.org/hepatitis/international.asp>

• Hep B FAQ sheet •

A publication of the Hepatitis C Support Project

Executive Director
Editor-in-Chief, HCSP Publications
Alan Franciscus

Author
Alan Franciscus

Design
Leslie Hoex

Production
C.D. Mazoff, PhD

Contact information:
Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037
alanfranciscus@hcvadvocate.org

The information in this fact sheet is designed to help you understand and manage HBV and is not intended as medical advice. All persons with HBV should consult a medical practitioner for diagnosis and treatment of HBV.

This information is provided by the Hepatitis C Support Project, a nonprofit organization for hepatitis education, support and advocacy, and the Minnesota Department of Health.

Reprint permission is granted and encouraged with credit to the Hepatitis C Support Project.

©March 2008 Hepatitis C Support Project

准许、鼓励翻印，注明由Hepatitis C Support Project 提供