

何为肝炎?

肝炎，顾名思义，是“肝脏发炎”的意思。引起肝炎的原因多种多样，包括受病毒感染，接触化学品，使用某种药物，或者过多饮酒。病毒性感染是慢性肝炎最常见的原因。**乙型肝炎**是由一种在血液中携带的病毒引起的肝脏损害。

我的肝脏起什么作用?

肝脏是人体最大最重要的器官之一。它负责：

- 贮存维生素、矿物质、铁和糖
- 分解食物
- 制造基本的蛋白质
- 分解有害的化学物质

乙型肝炎对我的肝脏有什么影响呢?

如果您已感染乙肝，病毒最初通过您的血液传播到肝脏，感染肝细胞。病毒在受感染的肝细胞内繁殖，（这个过程被称为复制），进而感染其它的肝细胞。

您身体的免疫系统识别被感染的细胞，并攻击它们。病毒引起肝脏发炎，最终损害肝脏。由于乙肝病毒造成的损害是一个多年慢慢积累的过程，所以早期发现特别重要。如果长期不治疗，乙肝病毒会给肝脏留下严重的疤痕(肝硬化)、肝衰竭和肝癌。

我是如何被传染的?

您可能不知道自己是如何被传染的。而且不单单是您，许多人都不知道自己是如何被传染的。在世界上乙肝流行的地区，人们最有可能在出生或出生不久从他们的母亲那里、或年轻的时候从他们的兄弟姐妹那里感染病毒。

生活在乙肝少见地区的人，如欧洲，最可能在成年时被感染，很可能通过与带有病毒的人性交或通过血液的接触传染。



我会不会终身受感染？

并非接触到乙肝病毒的每个人都会终身受感染。有些人在转为慢性之前能在感染的最初6个月内“清除病毒”（称作“急性”乙型肝炎感染）。清除病毒的机会因年龄不同而不同：90%以上有强壮、健康免疫系统的成年人都能从急性感染中痊愈。但是，婴儿或幼儿时感染的人不可能在急性期清除病毒，因为他们的免疫系统还没有完全发展起来。这些人将继而发展成慢性乙肝，并在余生受感染。

我可能会有什么症状呢？

最初感染乙型肝炎病毒时你可能不会注意到任何症状。常常在感染后的某些时间之后才会发生症状——有些人在6周以后。症状一般都比较轻微，可能反反复复。有些人把症状描述成类似流感。

如果您已经感染乙肝，可能有下列一种或多种症状：

- 感觉疲倦(疲劳)
- 食欲减退
- 恶心和呕吐
- 腹泻
- 头痛和发烧
- 关节或肌肉疼痛
- 莫名其妙的体重减轻
- 黄疸(当您的皮肤或眼白变黄时；还要加上小便黄赤)
- 腹部压痛或腹部疼痛。
- 全身发痒。

肝硬化的患者还有浮肿和腹胀的症状。虽然肝硬化不能治愈，但通过治疗乙肝可以防止您的肝脏受到更严重的损害，甚至可能逆转。



我的医生能对我的乙肝做些什么事情呢？

如果您最近传染上乙肝，您的医生会对您进行观察，看您能否清除该病毒。在您感染该病毒 6 个月 后，您的医生将再次为您化验血液，检查您是否仍受感染。如果您仍受感染，您的医生可能让您 做一次肝脏超声波扫描，以评估您的肝脏的健康状况。

您是否需要治疗乙肝取决于病毒的活动程度，它对您的肝脏有什么影响。许多人都能在病毒 立足（大量繁殖）之前将它清除掉，所以，您的医生很可能建议您休息，并进行治疗。

如果您被诊断患有慢性乙肝，您的医生会帮助您决定是否开始治疗，什么治疗药物最适合您使用。

目前有哪些治疗方法呢？

如果你已经患有慢性乙肝，您的医生可能会建议使用干扰素。干扰素是一种天然蛋白质，可以抗病 毒感染。但是，由于患有慢性乙肝，您的身体不能产生足够的干扰素消灭病毒。所以，这就需要以 药物形式的干扰素，来提高身体的免疫力。因为干扰素是一种蛋白质，如果口服就会被破坏， 所以，只能通过皮下注射给药。您的医生还可能开一些抗滤过性病原体的药片。

慢性乙型肝炎的治疗涉及哪些方面呢？

治疗决策

如果您患有慢性乙肝，您的医生会帮助您决定什么时候开始治疗，什么治疗药物最适合您使用。 如果医生开方使用干扰素，那么，你需要用药 12 个月。重要的是要完成干扰素治疗的全过程， 确保您能从药物治疗中获得最佳疗效。

治疗开始之前的检测

您的医生可能需要做一些检测，（在大多数情况下，应该是血液检测），以决定什么治疗方法 最适合您。另外也可能取下您肝脏组织的小样（活组织切片检查）。该检查可以显示您的肝脏受乙型肝炎 的影响程度。



在治疗过程中的检查

如果您决定开始治疗，应和您的医生或护士预约定期随访，检查治疗进展，监视或管理治疗效果。

治疗有什么帮助？

因为慢性乙型肝炎无法“痊愈”，治疗病毒感染的主要目的是：

- 消除疾病（防止肝脏受到更严重的损害）
- 使疾病受到控制（使病毒在受感染的细胞内停止复制）。

什么时候治疗不适合？

如果由于个人原因或社会原因使您很难完成治疗全过程（即生活中的主要大事，如搬家、换工作或照顾亲属），您和您的医生可以决定，最好目前不要开始治疗。干扰素也会引起婴儿的先天性疾病，所以，如果你怀孕或者计划怀孕绝不能使用。

如果你不适合治疗，那么您就应该尽量减少肝脏进一步受损，通过增强体质，戒烟戒酒。



我会传染给其他人吗？

打喷嚏、咳嗽、接吻、共享餐具或盘子，共用浴室或厕所不能传播病毒，所以，你可以和往常一样继续您的日常活动。乙型肝炎病毒传染给他人最主要的方式是与血液的接触或性交。预防乙型肝炎有一种极有效的疫苗，可以防止它的传播。您的朋友或家人应该与医生交谈，看看他们是否适合使用疫苗。

这里有一些简单的做法可以避免您传染给他人：

1. 不要共用针头或使用未杀菌的设备(如纹身、在身体或耳朵上打孔 / 穿钉)。
2. 避免共用个人卫生洁具(如牙刷、剃刀或指甲剪)，因为在这些东西上面可能有干燥的血液残留。
3. 警告任何可能接触您血液的人-如您的医生或牙科医生，或可能与您在一起工作的人-通知他们您已经感染了乙肝病毒。
4. 避免可能引起出血的高危性活动，月经期间避免性交。即使口交也能传播病毒，但避孕套能降低感染的风险(如果您的配偶已接种疫苗，则无需其它保护)。
5. 清洁溢出的血液(穿戴橡胶手套，使用消毒剂)。