



兒身上檢測到。建議嬰兒至少到了 15 個月大的時候，才進行 C 型肝炎抗體檢驗。嬰兒 6 個月大時可以進行 C 型肝炎病毒 RNA 檢驗 (PCR)。

#### C 型肝炎病毒的傳染方式？

人們是經由接觸帶有 C 型肝炎病毒的血液而感染 C 型肝炎。C 型肝炎最常見的感染途徑是經由毒品注射感染。

但是，有一些人是在 1990 年代初期因為輸入沒有經過有效篩檢的血液或血製品，而遭感染。

感染 C 型肝炎的最大風險很明顯的是來自毒品注射。最常見的感染情況是共用針頭，但是其他注射儀器、遭血液污染的紗布或手指都可能攜帶病毒，進而傳染給他人。注射毒品的人之中得到 C 型肝炎的比例約超過三分之一；定期注射毒品一年以後的得病比例更高達 70%。C 型肝炎也有可能經由與有 C 型肝炎的人共用刮鬍刀片、牙刷或其他私人銳利物品而感染。與 B 型肝炎和人類免疫缺陷病毒(HIV 或愛滋病毒)不同的是，C 型肝炎不容易經由性交傳染。一般認為感染 C 型肝炎的人的伴侶得到 C 型肝炎的風險並沒有比較高，除非他們之間有直接的血液接觸(例如，共用刮鬍刀片)或另有感染 C 型肝炎的原因。一般的親密接觸(親吻、共用餐具等)並不會傳染病毒。C 型肝炎不常由受感染的母親傳染給新生兒。對有些人而言，出生感染 C 型肝炎的唯一風險是因他們出生在 C 型肝炎高度盛行的國家。

一般認為，他們是因為暴露在沒有消毒的醫療行為中而感染，包括全面疫苗接種或手術，或傳統和民俗醫療。找出感染 C 型肝炎的來源是非常重要的，因為這可以讓您的醫生評估您感染的時間，以及您的肝臟可能受損的程度。

#### 如果您感染了 C 型肝炎會怎麼樣？

多數感染的人在初期沒有症狀。有些人會出現急性肝炎症狀(噁心、不舒服、黃疸或膚色蠟黃)等症狀，這些人之中有一部分可以自行將病毒排除體外，這個比例約佔 15% 至 45% 之間。其餘的感染者會轉變成慢性(亦即，長期)肝炎。感染的人可能繼續保持健康，也可能變成長期肝臟發炎(慢性肝炎)。

#### 感染慢性 C 型肝炎之後會怎樣？

C 型肝炎病患通常會出現倦怠或不舒服，或出現間歇性噁心或腹痛等症狀。症狀並非一定是肝損壞情況的可靠指標。因此，肝發炎但只有輕微肝結痂的人，可能有時候會覺得很不舒服，但是另一個已有肝硬化(肝臟嚴重結痂)的人可能卻沒有任何不適。少數人之中，病毒會造成肝臟持續的損壞，經過 20 年以上的時間，終於慢慢變成肝硬化。據估計，C 型肝炎患者會發展成肝硬化的比例約有 7% 到 20%，並且我們可以清楚的知道，發展成肝硬化通常可能還有「輔因子」。這些「輔因子」包括感染時的年齡較大、過度飲酒；同時還感染 B 型肝炎；體重過重或有糖尿病。肝硬化的人可能許多年都看起來很健康，也沒有任何症狀。

但是，其中有些人的肝硬化可能會導致肝功能持續惡化及肝衰竭。肝硬化也可能變成肝癌。您必須瞭解 C 型肝炎是一種緩慢發展的疾病，因此，您不必急著進行治療。您可以從容不迫地與您的醫生詳談。

#### 做哪些事情可以幫助感染 C 型肝炎的人？

1. 感染 C 型肝炎病毒的人應繼續過正常、積極的生活。
2. 感染 C 型肝炎病毒的人應保持健康和營養均衡的飲食。
3. 體重過重的人應透過均衡飲食與運動慢慢減重。即使只減重幾公斤都能夠使肝臟檢測和肝結痂情況獲得改善。
4. 不要過量飲酒。即使是一般的酒精消耗都會影響 C 型肝炎的發展。酒精攝取應限制在每天必須少於一杯的標準量。
5. 停止吸煙。
6. 避免使用禁藥。您可能感染多種的 C 型肝炎病毒株，即時您已去除先前感染的病毒，還是可能會再次感染。
7. 某些維他命補充品或草藥療法可能對肝臟有害 – 請在服用前諮詢您的醫生。
8. 感染 C 型肝炎的人應考慮接種 A 和 B 型肝炎疫苗，尤其是要到海外旅行時。整個接種療程需時 6 個月。因此，這些人應在出發前與他們當地的醫生詳細諮詢(請參閱 Digestive Health Foundation 製作的 A 型肝炎和 B 型肝炎手冊)。

9. C 型肝炎可以治療，並可長期消除 C 型肝炎病毒。最佳的治療法是結合干擾素注射和瑞比達 (ribavirin) 膠囊。但是，並非所有有 C 型肝炎的人都需要治療，特別是肝臟疾病非常輕微的人。詳細資訊請參閱表格。
10. 因感染 C 型肝炎病毒而得到肝硬化的人，應定期檢查他們的肝功能，並進行定期肝癌篩檢。
11. 因感染 C 型肝炎病毒而導致肝衰竭的人需要進行肝臟移植。

#### 慢性 C 型肝炎感染有任何特別的治療方法嗎？

有，有一種 C 型肝炎療法可以根除大多數病患的感染。最有效的療法是「合併療法」，每週注射干擾素加上每天服用兩次瑞比達 (ribavirin) 膠囊。合併療法可直接抑制病毒並幫助身體的免疫系統對抗病毒。並非每一個感染 C 型肝炎的人都需要進行抗病毒治療，但是，如果個人有需要都可以為其提供治療。需不需要治療應該與您的醫生諮詢後決定。這個治療法對有些人並沒有效用，但是新治療法已在開發中，未來可能就可以使用。

#### 我對 C 型肝炎抗病毒治療的反應可能會如何？

決定一個人能否根除感染的最重要因素是其感染的 C 型肝炎病毒株或基因型。因此，如果您感染的是基因型 2 或 3，您至少有 80% 的清除感染機率。但是，如果您感染的是基因型 1，您有超過 50% 的機率會出現長期療效反應。

#### 如何避免傳播 C 型肝炎病毒

在進行任何手術之前，請確實告知您的醫生或牙醫師您已感染肝炎

請確實以膠布包紮您的傷口和破皮部位

請使用家用濃縮漂白劑擦拭血漬，並戴上手套

請安全處理經血液污染的物品，如衛生棉

請從事安全性行為

請勿進行血液、器官或其他組織的捐贈

請勿共用針頭或類似毒品注射裝置或設備

請勿共用牙刷或刮鬍刀片及其他私人物品，如指甲刀和鉗子

#### 什麼人應該進行 C 型肝炎檢驗？

- 曾經注射毒品的人。
- 曾經在 1991 年以前進行過輸血的人。
- 肝功能檢驗異常或證明罹患肝病的人。
- 有刺青的人。

#### 如果我的 C 型肝炎檢驗成陽性反應，應該去看什麼科醫生？

在進行檢驗之前，您應該已經擁有一些有關 C 型肝炎的資訊。如果您的檢驗結果是陽性，請告知您的家庭醫生。您的家庭醫生將判斷檢驗結果是否為真的陽性 (有時候陽性結果事實上卻是錯誤的)；提供您有關 C 型肝炎的詳細資訊；評估您肝損壞的可能性；並進行一些驗血。如果是證明罹患肝病的人，您的醫生可能會建議您進行抗病毒治療，並安排轉介您到肝臟專科醫生處接受進一步治療。

其他因素，如肝臟中的疤痕組織數量以及血液中流動的病毒數量，也可能會影響您的療效反應。您的醫生可以選擇最適合的治療類型和療期，以幫助您獲得最高的長期治癒機率。只要做簡單的驗血就可以判斷您感染的 C 型肝炎基因型。

#### 抗病毒治療是怎樣的一個過程？

干擾素會經由皮下注射 (就像胰島素注射一樣)。大部分病患都會學習自己注射。這樣的注射一週只要一次。一天服用兩次瑞比達 (Ribavirin) 膠囊。治療通常會持續進行 6 個月或 12 個月，根據您感染的基因型以及您顯示的反應而有不同。

### 有沒有副作用？

不幸地，抗病毒治療有很多副作用。干擾素常常會導致類似感冒的症狀，如發燒、頭痛或疼痛。有些人會沒有食慾、感到倦怠、易怒以及情緒波動。有些人會感到沮喪，特別是過去有憂鬱症病史的人。如果您有心理疾病，您還是可以接受治療，但是您必須是在病情穩定的情況下，並在心理醫生的監督下接受治療。干擾素可能導致血液中白血球（對抗感染的細胞）以及血小板（幫助血液凝結）的數量減少。瑞比達（Ribavirin）可能導致紅血球（身體中攜帶氧氣的細胞）數量減少。因此，有血液疾病、心臟病或腎臟病病史的人可能會建議您不要接受治療。瑞比達（Ribavirin）對胎兒發展有害 – 無論男女在治療期間以及停止治療後的至少 6 個月內都必須採取有效的避孕措施。很重要的一點是，考慮接受 C 型肝炎治療的人都應與他們的主治醫生以及其他醫療工作人員，如 C 型肝炎專業護士，詳細討論可能的副作用。您也應該慎重考慮治療會對您生活、工作和學習造成的影響，並規劃影響最小的治療計畫。

### C 型肝炎抗病毒療法的提供方式

用於合併療法的藥物非常昂貴。澳洲政府會補助感染慢性 C 型肝炎的病患進行合併療法，最長可達 12 個月。干擾素和瑞比達（Ribavirin）的使用劑量以及治療期間會由您的醫生決定。有些人因可能導致併發症發生所以不能使用抗病毒療法。這些顧慮都可以向您的醫生諮詢。

### 其他治療法

澳洲和國外都有新療法正在進行臨床試驗，包括運用各種草藥的新抗病毒藥和療法研究。這些療法是否有效目前尚未得知。

### C 型肝炎有沒有疫苗？

沒有。研發 C 型肝炎疫苗的工作相當困難 – 因為病毒株有許多種，並且病毒還會不斷變異。這表示我們在未來許多年內也許都不會有疫苗可以使用。但是，建議感染 C 型肝炎的人應該接種 A 型和 B 型肝炎疫苗。

### 我可以在哪裡取得 C 型肝炎的更多詳細資訊？

#### Australian Hepatitis Council

<http://www.hepatitisaustralia.com>

#### Hepatitis C Council of NSW

<http://www.hepatitisc.org.au>

#### Hepatitis C Council of Victoria

<http://www.hepcvic.org.au>

#### ACT Hepatitis C Council

<http://www.acthepc.org>

#### Hepatitis C Council of South

#### Australia

<http://www.hepccouncilsa.asn.au>

#### Hepatitis Council of Western

#### Australia

<http://www.hepatitiswa.com.au>

本資訊手冊由 *Digestive Health*

*Foundation* 製作，旨在幫助患有 C 型肝炎的人或希望深入瞭解此疾病的人。本手冊不能用來取代醫生給您的個人建議。

*Digestive Health Foundation (DHF)*

是一間教育機構，透過與消化系統相關的教育推廣和公眾健康計畫，促進所有澳洲國民的健康。

DHF 是澳洲胃腸及肝病專業機構

*Gastroenterological Society of Australia*，的教育部門。

該機構成員都是對消化道疾病有興趣的內外科醫生、科學家以及其他醫療專家。

從 1990 年成立以來，DHF 不斷參與制定旨在增進公眾意識和對消化疾病瞭解的計畫。

胃腸疾病的相關研究和教育對於控制澳洲這類疾病的成效相當重要。

我們的網站還提供各種胃腸情況的相關資訊。



Digestive Health Foundation

Digestive Health  
Foundation  
c/-GESA  
145 Macquarie Street  
SYDNEY NSW 2000  
Australia

電話 (02) 9256 5454  
傳真 (02) 9241 4586  
dhf@gesa.org.au  
<http://www.gesa.org.au>

這是一本由 *Digestive Health Foundation* 製作的公共服務推廣手冊。本手冊無法涵蓋全部詳細資訊，僅用作指導。內容為截至印刷時的最新資訊，日後可能有更改。如果您有進一步問題，請逕向您的醫生詢問。

© 著作權所有。  
*Digestive Health Foundation*  
2007 年 5 月更新。