

預防甲型肝炎

(3) 環境衛生：

- ▶ 適當處理污水及排泄物
- ▶ 妥善處理及儲存食水
- ▶ 廚房及飲食用具要保持清潔



(4) 疫苗注射：

- ▶ 甲型肝炎疫苗會刺激抗體的產生而形成對病毒的免疫力。疫苗共包括兩次注射。在接受第一次疫苗注射後，人體通常需要一個月時間才能產生足以抵禦甲型肝炎病毒的抗體；而第二次疫苗通常在第一次注射的6至18個月後注射
- ▶ 有意接受甲型肝炎疫苗注射人士，應該在開始接受注射前作血液檢驗。若測試顯示未有甲型肝炎抗體，才需要接受疫苗注射
- ▶ 現時尚未有適用於一歲以下兒童的甲型肝炎疫苗



更多資訊？

如果想獲得更多資料，可以瀏覽香港衛生署網頁

http://www.info.gov.hk/hepatitis/big5/hep_a_set.htm 或

世界衛生組織網頁 (中文版)

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs328/zh/index.html>

此小冊子內容只供參考

並不能視作醫療意見

任何健康問題應諮詢專業的醫護人員

新堡華人社區中心

Newport Chinese Community Centre

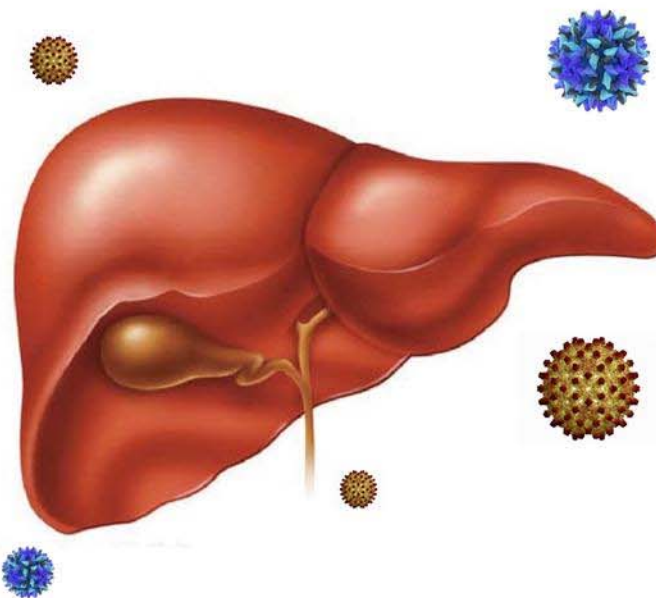
Charity Number: 1101922

Locke Street Dance Hall, Queens Hill,
Newport, South Wales
NP20 5HL

Telephone number : 01633-840318

E-mail : newportccc@gmail.com

甲型肝炎 知多少？



肝炎是什麼？

肝炎是指肝臟細胞發炎。

肝炎的分類基於它的成因，包括由過濾性病毒、酒精、藥物、化學劑或遺傳病等等所引致的肝炎。

現今已鑑別出五種不同的肝炎病毒，分別為甲、乙、丙、丁和戊型。

甲型肝炎

甲型肝炎是病毒性肝炎的一種，通常引起急性肝炎及黃疸。甲型肝炎的潛伏期為二至六星期。大部份患者能完全康復，痊癒後通常可獲終生免疫，並沒有長期帶病毒的情況。但亦有極少數病例會發展成肝臟衰竭，甚至死亡。

流行情況

根據世界衛生組織資料顯示，每年約有140萬¹宗甲型肝炎的新病例。在衛生條件差的發展中國家屬高感染率地區，受感染的機會大於90%¹。而在衛生條件良好的發達國家，感染率則較低。

資料來源：

¹ WHO Media centre – Hepatitis A
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs328/zh/index.html>

傳播途徑

甲型肝炎主要經由腸道傳染，病毒由患者的大便排出體外，再經由不潔的食物、食水或沾染病毒的雙手而傳播。甲型肝炎病毒可以在淡水或鹹水生存長達12個月之久，亦可生存於食物內數天以上。傳播途徑包括：

- 進食受病毒污染而未經煮熟的食物，特別是蠔、蜆、扇貝、貽貝等貝殼類海產
- 飲用受病毒污染的食水或飲品
- 與受感染人士有親密的接觸



症狀

甲型肝炎的症狀包括：

- 輕微發熱、食慾不振
- 全身疲倦、肌肉痛、頭痛
- 噁心嘔吐、腹瀉、上腹不適
- 皮膚和眼睛發黃（黃疸）、茶尿



甲型肝炎的症狀輕重不一，不是每位受感染者都會出現所有症狀。

治療方法？

甲型肝炎沒有特別的治療方法，大部份患者在數月內便會完全康復。治療的目的是保持身體舒適和均衡的營養，補充因嘔吐和腹瀉流失的水份。多作休息、避免吃油膩食物、不要喝酒以免肝臟發炎。如情況嚴重，則需入院接受靜脈注射。

預防甲型肝炎

有效預防甲型肝炎，需要注意個人、飲食和環境衛生：

(1) 個人衛生：

- 時常保持雙手清潔
- 預備食物前、進食前及如廁後都應用肥皂及清水洗手



(2) 飲食衛生：

- 食水飲用前要煮沸
- 所有食物，特別是貝殼類海產，都應清洗乾淨並徹底煮熟(甲型肝炎病毒經100°C高溫煮5分鐘才會死亡)

