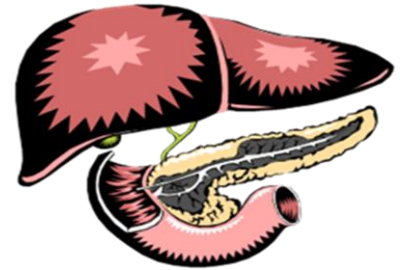


# C 型肝炎須知

## 一、什麼是 C 型肝炎？

當血液中 C 型肝炎抗體 (anti-HCV) 呈現陽性，且肝功能異常起伏不定持續六個月以上，表示有慢性 C 型肝炎。



## 二、C 型肝炎是怎樣傳染的？

C 型肝炎傳染的主要方式是經由輸血感染（占 80%）；若有 C 型肝炎病毒的體液或血液，經皮膚黏膜的傷口或注射針頭、針灸針、紋身針、穿耳洞針、血液透析、刮鬍刀、醫療器械消毒不完全、紋眉、刺青、指甲剪及牙刷等接觸，皆可能有感染的風險；此外，還有一半的病例感染途徑不明，急性 C 肝約有 5~8 成會變成慢性 C 肝。



## 三、C 型肝炎的症狀？

C 型潛伏期平均為 50 天，15~20% 病人會有：疲倦、噁吐、嘔吐、上腹脹、黃疸、茶色尿、厭食等症狀，但也有很多沒有症狀的病例；尤其是慢性肝炎，除了急性發作外，大多都毫無症狀，等出現症狀時已經到嚴重的肝病階段。

1. **急性 C 型肝炎**：肝臟受到 C 型肝炎病毒的感染而發炎，但時間不超過六個月。感染者約有 15% 的機率會自我痊癒，但有 85% 的感染者會演變為慢性 C 型肝炎。
2. **慢性 C 型肝炎**：感染到 C 型肝炎時間已超過六個月以上，且有肝功能指數異常。

## 四、C 型肝炎如何檢查？

抽血檢驗肝功能和 C 型肝炎抗體，才能確定是否感染了 C 型肝炎；有兩種方式診斷 C 型肝炎，檢測有無病毒抗體血清學檢驗、直接測定病毒 RNA 的病毒學檢驗。

# C 型肝炎須知

## 五、如何預防 C 型肝炎感染？

不要與他人共用牙刷、刮鬍刀、針頭、針筒及輸液管，並注意美容、美髮器械之消毒與清潔衛生，不做不必要的輸血、打針、刺青、紋眉和穿耳洞。多重性伴侶及嫖妓等行為會增加感染 C 型肝炎之機會，應盡量避免，並採安全性行為，全程正確使用保險套。

## 六、C 型肝炎病人應該注意些什麼？

- 1.應定期就醫，配合抽血或其他檢查。
- 2.維持規律生活型態、運動及良好的衛生習慣。
- 3.認識疾病做好感染預防，應充分休息及睡眠。
- 4.均衡營養，適時補充體液、少量多餐、採高蛋白、高熱量及適量脂肪飲食、勿酗酒抽菸、保持輕鬆心情。
- 5.避免不必要的打針、刺青、穿耳洞，共用針具、牙刷及刮鬍刀、勿注射毒品與嫖妓。
- 6.避免服用成分不明的藥物、偏方、草藥或保健食品，以免增加肝臟負擔。
- 7.夫妻間的感染雖有案例，機率並不高，但若有多重性伴侶者，感染機率會增加很多；基本上，夫妻中有一方是慢性 C 型肝炎病人時，應避免共用牙刷和剃刀，但在性生活上不必有所改變；有多重性伴侶者，發生性行為時應做好預防保護措施。
8. 3~6 個月檢驗肝功能及腹部超音波檢查。

## 參考資料

肝病防治學術基金會（2021，3 月 24 日）．C 型肝炎．<https://www.liver.org.tw/knowledgeView.php?cat=6&sid=27>  
林貴滿(2020)．消化系統疾病病人之護理．於胡月娟總校閱．內外科護理學(六版，762-766 頁)．華杏。