

A 型肝炎須知

一、A 型肝炎是什麼？

A 型肝炎是由 A 型肝炎病毒感染所造成的急性肝臟發炎。



二、A 型肝炎是怎麼傳染的？

主要是『經口』感染的，也叫做『糞口感染』，患有 A 型肝炎病人的糞便污染食物或水源，接觸者由口經腸道感染，當沒有抵抗力的人吃到或喝到已被病毒污染的水或食物時，即可能感染到 A 型肝炎；公共衛生及家庭衛生差之地區傳染率特別高，衛福部與疾管署統計 A 型肝炎病人經由小吃攤進食與餐廳聚餐而感染最多。

三、A 型肝炎的症狀？

潛伏期約 15~50 天（平均 28 天），感染病毒愈多，潛伏期就越短，一開始沒有明顯徵狀或類似感冒徵狀，前驅期：頭痛、疲倦、全身無力、厭食、發燒，黃疸期：茶色尿、鞏膜變黃、黃疸、肝腫大，傳染力會持續至黃疸出現後 8 天；A 型肝炎雖然不會致命也不像 B 型肝炎及 C 型肝炎造成慢性帶原或肝硬化或肝癌，但仍少數人會變成猛爆性肝炎甚至危及生命，其他的表現，如皮疹和關節痛，較為常見，其他罕見的表現包括白細胞破壞性血管炎、心肌炎、冷凝血球症、再生障礙性貧血、血小板減少症和純紅細胞再生障礙。

四、如何預防 A 型肝炎感染？

1. 注意飲水及食品的衛生：飲水煮沸後再食用，對於環境不潔餐廳不要前往，不吃沒有煮熟的食物，不在衛生設備不完善場所飲食，以及不生食貝、蝦、蟹、魚等海鮮。

2. 保持良好衛生習慣，如：飯前、便後洗手。

3. 注意衛生，尤其是廁所，廚房的衛生，廚房殘餘物要處理適當。



A 型肝炎須知

4. 避免使用病人之個人用品，如：牙刷、餐盤等。
5. 外出旅遊亦應注意當地的飲食、衛生情形，以減少感染的機會。
6. 如在可能接觸 A 型肝炎病毒高感染地區（如：東南亞、中國大陸等）前兩周，可注射血清免疫球蛋白預防，約達 80~90% 的保護效果，可獲得 3 個月短期免疫力。

五、A 型肝炎的注意事項？

需做好腸胃道隔離之措施，如：病人之排泄物須泡漂白水至少 30 分鐘、多休息及注意勿生食，另外飲水需煮沸，並配合醫師之治療；若兩周內曝露於 A 型肝炎感染環境中，可以肌肉注射免疫球蛋白，對確定病人加以隔離，注意其排泄物之處理至少症狀出現後 7~10 天。



參考資料

- 林貴滿 (2023)．消化系統疾病病人之護理．於陳夏蓮總校閱．內外科護理學(七版，752-766 頁)．華杏。
- Gabrielli, F., Alberti, F., Russo, C., Cursaro, C., Seferi, H., Margotti, M., & Andreone, P. (2023). Treatment Options for Hepatitis A and E: A Non-Systematic Review. *Viruses*, 15(5), 1080. <https://doi.org/10.3390/v15051080>