

丙型肝炎：現在怎麼辦？

病人結果資料

丙型肝炎是一種由丙型肝炎病毒導致的肝臟感染。由於您被檢查出病毒抗體陽性，您需要被轉介到一家專科診所（例如貝爾法斯特 Royal Victoria Hospital 肝臟科）或者轉介給當地一位專攻病毒性肝炎的腸胃肝臟科醫師。您將會獲得一次門診約診，以便為您做進一步的血液檢查、超聲波掃描，還可能做一次肝活檢。

我可被治癒嗎？

您的身體可能會與這個感染疾病搏鬥，然後自然地清除掉這個疾病。假如您的免疫系統無法驅除這種病毒，您仍然可以用藥物加以治癒。有些人會形成到輕度至中度的肝損害；在某些情況下，丙型肝炎可能會在 20 至 40 年之間演變成為肝硬化（癥痕），繼而可能會導致肝衰竭或者肝癌。

我可以怎樣避免傳播這種病毒？

避免傳染他人的方法包括：

- 不共用任何注射針或者其他服藥設備；
- 使用安全套進行「安全性行為」；
- 不共用個人盥洗用品，例如牙刷、剃刀或者指甲刷；
- 只用消毒過的設備進行紋身或身體穿孔；
- 用防水膠布貼好切割傷口，直至痊癒，以避免血液暴露；
- 不攜帶器官捐獻卡、不獻血、不捐精、不捐血液製品；
- 使用家用漂白劑清洗所有濺滴在地上或工作臺上的血。

如果您對任何可能存在的風險有所擔憂，請和您的護士或醫生談論。

我可以怎樣幫到自己？

您應該採取措施保護自己的肝臟免受進一步的損害：

酒精——飲酒會加速肝病的惡化，所以最好徹底戒酒。如果您覺得您很難做到不飲酒，或者您平時是「嗜酒者」，那麼請告知您的護士或醫生——若有需要，他們可以安排為您提供幫助。

飲食——您應儘量定時進餐及保持均衡飲食。

身體活動——您可能會因為病毒對您身體的直接影響而感到疲勞和嗜睡。建議避免劇烈運動，而溫和的身體活動只要不讓您感覺疲勞，則確實對您的總體健康有益。

藥物——大多數藥物是安全的，但是建議您每次服藥前都先瞭解清楚產品資訊，如有疑慮，請和您的醫生、藥劑師或護士討論。

濫用藥物——某些藥物可能直接影響您的肝臟和肝臟功能。在療程開始之前，您必須停止服食任何街售藥物或消遣玩樂型藥物。如果您覺得這可能導致您的問題，或者您想在這方面得到幫助，請告知您的護士或醫生。請記住：您對醫生護士越坦誠，得到的治療和照顧越好。

假如同時遇上丙型肝炎和懷孕？

如果你懷孕了，並已發現丙型肝炎陽性，您的專科護士可為您提供具體的資訊。

我應該將這種病情的事告訴別人嗎？

很遺憾，仍然有人以異樣眼光看待甲型肝炎，所以請在告訴別人之前先認真考慮，但是親人和好友的支持可能會很有幫助。您的病歷是保密的，而只有經過您的授權之後，相關資訊才能發佈給保險公司等。您可能為了獲得支持而想告知雇主您患有丙型肝炎，但是您沒有義務這樣做。歸根到底，您有權選擇告訴誰。您的護士會很樂意和您談論這個話題。

在哪里可以獲得更多資訊？

臨床專科護士（肝臟科）

Ward 6D, Royal Victoria Hospital (RVH)

電話 : 077 8888 3457 或 028 9063 3335

RVH 肝臟支援團體(RVH Liver Support Group)

電話 : 077 3771 8493

www.rvhliversupportgroup.org

北愛爾蘭丙型肝炎臨床受管理網絡 (Northern Ireland Hepatitis C Managed Clinical Network)

www.hepcni.net

英國肝臟信託基金會(British Liver Trust, BLT)

援助熱線 : 014 2548 1320 (週一至週五上午 9 時至下午 5 時)

www.britishlivertrust.org.uk

丙型肝炎信託基金會(Hepatitis C Trust)

電話 : 0845 223 4424 (週一至週五上午 10:30 至下午 4:30)

www.hepctrust.org.uk

英國丙型肝炎資源中心(UK Hepatitis C Resource Centre)

電話 : 0870 242 2467 (週一至週五上午 9 時至下午 5 時)

www.hepccentre.org.uk

如需獲取公共衛生署製作的出版物，請造訪 visit www.publichealth.hscni.net



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street
Belfast BT2 8BS
Tel: 0300 555 0114 (local rate)
www.publichealth.hscni.net