



PHILLY HEPATITIS

---

# 乙型肝炎 解惑答疑

B

# 目录

什么是乙型肝炎?	2
人们可如何感染乙型肝炎?	4
乙型肝炎可如何影响我的身体?	6
乙型肝炎是否会影响妊娠?	8
我可如何接受乙型肝炎检测?	9
我可如何获得乙型肝炎治疗?	10
我可如何在没有保险时获得治疗?	11
我可如何避免将乙型肝炎传播给他人?	12
我可如何在患有乙型肝炎下健康生活?	14
其他资源	16
费城健康中心	17

本手册提供的信息仅是为了提供教育，并不取代医疗建议。费城公共卫生局 (Philadelphia Department of Public Health) 既不认可也不反对手册中介绍的任何治疗方案，并且鼓励您与您的医疗保健提供者讨论所有可选治疗方案。此处提及的资源并不是最全面的列表，而只是一些可用选择的示例。

# 什么是 乙型肝炎？

## 乙型肝炎

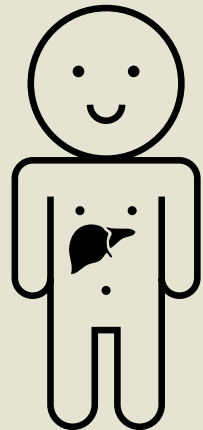
---

乙型肝炎（简称乙肝）是一种可感染肝脏的病毒。该疾病是世界上最常见的严重肝脏感染。**乙型肝炎影响着超过 25,000 名费城人**——填满一个篮球体育馆还绰绰有余！该病毒可通过有乙肝病毒者的血液、精液或阴道液体进入身体传播。**预防建议见第 12 页。**

## 乙型肝炎和您的肝脏

---

肝脏担负着众多您的身体赖以生存的重要工作。它可清理您的血液，帮助消化食物，还可帮助身体储存和利用能量。您的生命离不开肝脏！如果您的乙肝检测结果呈阳性，则一定要定期见医生，了解您是否需要为保持肝脏健康服用药物。接种疫苗是保护没有乙肝家庭的好办法。



# 乙型肝炎有两个时期

---

乙肝感染分两个时期。您的身体会以不同方式对各个时期做出反应。

## 1.

### 急性

急性乙型肝炎是在疾病传播后 6 个月内出现的感染。感染该病毒的成年人中，有十分之九的人会自然击退病毒。一旦您在急性感染后恢复，您将不会再次患上乙肝。

## 2.

### 慢性

暴露在乙肝的成年人中，有十分之一的人会患上长期感染。但对暴露在该病毒的婴儿来说，有十分之九会有长期感染。可借助产前护理预防从孕妇到子女的暴露。虽然**没有完全治愈方法**，但有可控制慢性乙肝并确保您更健康的治疗方法。

# 人们可 如何 感染 乙型肝炎？

# 体液

---

乙型肝炎的传播是通过含乙肝的血液、精液或阴道液体进入身体。乙肝**不会**通过打喷嚏、咳嗽、亲吻、拥抱，或者共用餐具、共享食物或水传播。您不会因为握手、交谈等一般接触患上乙肝。

应该接受乙型肝炎检测的人有：

- 出生时母亲有乙肝
- 孕妇（以及每次妊娠期内）
- 曾与多位伴侣或乙肝呈阳性者有无保护性行为
- 共用吸毒器具
- 免疫系统低下的人
- 接受长期透析的人
- 曾在 1992 年前接受输血或器官移植
- 曾在家庭派对或监狱等无照场所获得纹身或人体穿刺
- 曾可能以医护人员身份接触了感染乙肝的血液
- 与可能患有乙肝的人住在一起，并且与其共用剃刀、牙刷、镊子或指甲刀

## 如果您或您的父母在美国以外出生

---

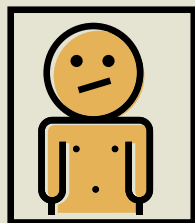
**亚洲、太平洋群岛和非洲**很多国家的乙肝患病率很高。出生在这些地区的人特别一定要接受检测。

# 乙型肝炎 可如何影响 我的身体？

## 急性感染

乙肝的急性期在人们暴露于该病毒后即刻发生。大多数的人没有会使他们知道自己患病的症状。

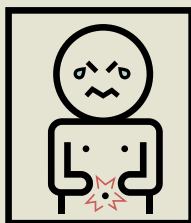
有些人会出现症状，但一般会在暴露后2周到6个月出现（被称作“潜伏期”），而且通常是类似流感且比较轻的症状。症状可包括：



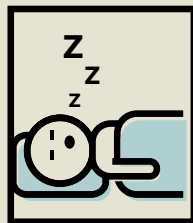
皮肤或眼睛发黄  
(黄疸)



发烧



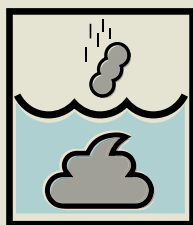
腹痛



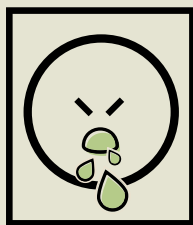
总是感觉疲劳



小便黄赤  
(小便)



粪便发灰  
(大便)



恶心或呕吐



# 慢性感染

---

虽然大部分患有慢性乙肝的人从未有症状表现，但该病毒依然可损害您的肝脏。乙型肝炎，若不治疗，可导致肝硬化（肝脏结疤）、肝衰竭、肝癌等肝脏损伤。如果您有慢性感染，您可能不会注意到任何明显的症状，直到您的免疫系统变得非常弱，或者您的肝脏开始衰竭。

## **不要等到您感觉不舒服时才接受检测或获得治疗！**

乙型肝炎被称作**无声杀手**的原因是，等到您出现症状时可能已经太晚了，可能无法逆转病毒已经对您的肝脏造成的损伤。值得庆幸的是，有可预防严重疾病的措施。

如果您认为自己曾暴露在乙型肝炎中，应尽快找医生并接受检测。如果您的乙肝检测结果呈阳性，**您可以服用一些控制该病毒的药物**，帮助确保您的肝脏健康。访问 [www.phillyhepatitis.org](http://www.phillyhepatitis.org)，以找到医生。

# 乙型肝炎 是否会影响 妊娠？

## 孕妇到婴儿

---

乙型肝炎可在妊娠和分娩期通过孕妇传播给婴儿。由于可采取步骤预防母亲将乙肝传播给子女，建议美国的**所有孕妇**在妊娠早期接受乙肝筛查。如果婴儿感染乙肝，他们患上慢性感染的风险非常高。

### 需要援助？

如果您是乙型肝炎检测结果呈阳性的孕妇，您可以获得费城公共卫生局围产期乙型肝炎计划 (Perinatal Hepatitis B Program) 的帮助。拨打 **215-685-6853** 获得关于如何预防您的孩子感染乙型肝炎的详情。

# 我可如何 接受 乙型肝炎 检测？

## 血液检测

---

血液检测将告诉您是否有乙肝。需要针对乙肝做多项血液检测，每项检测都会告诉医生关于该病毒的不同情况。这些血液检测可能会令人费解！因此一定要与您的医生讨论您的检测结果——确保您的医生有解释您是有新（急性）感染、慢性感染，还是已在之前感染后恢复。其他检测会告诉您是否需要乙肝治疗，您肝脏的健康或患病程度，以及您是否已经有免疫。

### 需要乙型肝炎检测？

与您的医生交谈或者访问 [www.phillyhepatitis.org](http://www.phillyhepatitis.org) 了解检测点

# 我可如何 获得 乙型肝炎 治疗？

## 见专科医生

---

目前有针对慢性乙型肝炎的治疗方法。该治疗并不会彻底消灭该病毒，只是可以通过每隔 6 到 12 个月进行检测来控制疾病，从而确保乙肝不会损伤您的肝脏。不是全部患有乙肝的人都需要服用药物。与了解乙肝的专科医生（肠胃科医生、肝科医生或传染病临床医师）讨论您可选择的方案。如果您的医生建议您接受治疗，应询问医生共付额费用以及副作用。如果您没有保险或者负担不起共付额，他们还可帮助您享用报销治疗费用的患者援助计划。

# 我可如何在 没有保险 时获得 治疗？

## 如果您没有保险

---

如要接受乙型肝炎的检测或治疗，您将需要注册加入保险或获得医疗保健承保。访问 [www.insurance.pa.gov](http://www.insurance.pa.gov) 或拨打 877-881-6388，以了解最适合您的选择。

如要了解您是否有资格获得医疗援助 (Medicaid)，可联系宾州人类服务部 (PA Department of Human Services, DHS)，电话是 866-550-4355 或访问 [www.compass.state.pa.us](http://www.compass.state.pa.us)。

## 费城健康中心

---

城市健康中心 (列于第 17 页) 和社区诊所 (亦被称作 FQHC) 将照顾没有保险的人，并且有可帮助您申请获得保险的工作人员。如需寻找诊所的帮助，拨打 3-1-1 或访问 [www.phillyhepatitis.org](http://www.phillyhepatitis.org)。

**我可如何  
避免将乙型  
肝炎传播给  
他人？**

# 接种疫苗

---

目前有针对乙型肝炎的疫苗。如果您有乙肝，您的密切接触者应该接受检测并接种疫苗。不管是否有保险，疫苗均应是免费的。

## 当心体液

---

为避免将乙型肝炎传播给他人可采取的步骤有：

- 从不共用牙刷、剃刀、指甲锉、指甲刀或其他可能接触血液或体液的个人卫生用品
- 使用干净的创可贴包住所有伤口和疮口
- 在所有性伴侣完全接种预防针前使用避孕套
- 用漂白剂清洗任何溅出的血液（家用漂白剂和水的比例是一比十）
- 永远不要捐赠血液、身体器官、组织或精子
- 不要为获得毒品或药物共用注射设备

### 使用新的器具

费城预防点 (Prevention Point Philadelphia) 在他们无需预约的中心和多个移动站点提供新的注射器、器具和其他支持性服务。前往 2913-15 Kensington Ave, 拨打 215-634-5272 或者访问 [www.ppponline.org](http://www.ppponline.org) 了解详情。

**我可如何  
在患有  
乙型肝炎下  
健康生活？**



# 照顾好你自己!

---

您可为自己患有乙型肝炎下健康生活做的事情有很多:

- 接种预防甲型肝炎的疫苗! 这是可损伤您的肝脏的另一种不同病毒。该疫苗需要打 2 针, 之间至少间隔 6 个月。这些针剂是安全有效的。
- 每隔 6 到 12 个月约见您的肝炎专科医生做定期检查。他们将监控您的健康, 通过检查了解该疾病是否在影响您的肝脏, 并且可以帮助确定您是否需要开始接受治疗。
- 在您服用非处方药和/或处方药时与您的医疗保健提供者交谈, 确定这些药物是否会影响您的肝脏。有些药物会在您有乙肝时加重肝脏损伤。
- 避免饮酒。由于酒精可加快乙型肝炎损伤您的肝脏的速度, 您应该少饮酒, 或者完全不饮酒。
- 定期锻炼身体, 健康饮食。
- 与人交谈——发现自己有乙型肝炎可能会感到无所适从。您可能会感觉伤心、愤怒、恐惧或困惑。与关系亲近的人交流您的感受可能会有帮助。若您需要更多支持, 请告诉您的医生。

## 感觉抑郁?

如果您感觉抑郁, 有自杀想法, 或者希望获得戒掉毒品和/或酒精的帮助, 可获得即刻帮助。可一周 7 天、全天 24 小时随时拨打行为健康部 (Department of Behavioral Health) 的热线 215-686-4420。

# 其他 资源

## PHILLY HEPATITIS

[www.phillyhepatitis.org](http://www.phillyhepatitis.org)

关于费城市内检测、治疗和支持选择的信息和资源。

## HEP B UNITED PHILADELPHIA

[www.hepbunitedphiladelphia.org](http://www.hepbunitedphiladelphia.org)

全市范围的教育运动，致力于在抗击乙型肝炎和肝癌的过程中增加检测和疫苗接种。

## HEPATITIS B FOUNDATION

[www.hepb.org](http://www.hepb.org) 或 215-489-4900

这是一家位于多伊尔斯敦 (Doylestown) 的组织，他们有患者热线和以多种语言书写的教育材料和资源。

## 疾病控制与预防中心

[www.cdc.gov/hepatitis/hbv/index.htm](http://www.cdc.gov/hepatitis/hbv/index.htm)

# 费城 健康中心

## 健康中心 1

Constitution Health Plaza  
1930 S. Broad Street, Floor 2  
Philadelphia, PA 19145  
215-685-6570

(仅供性健康和家庭计划)

## 健康中心 2

1700 S. Broad Street, Unit 201  
Philadelphia, PA 19145  
215-685-1803

## 健康中心 3

555 S. 43<sup>rd</sup> Street  
Philadelphia, PA 19104  
215-685-7504

## 健康中心 4

4400 Haverford Avenue  
Philadelphia, PA 19104  
215-685-7601

## 健康中心 5

1900 N. 20<sup>th</sup> Street  
Philadelphia, PA 19121  
215-685-2933

## 健康中心 6

321 W. Girard Ave.  
Philadelphia, PA 19123  
215-685-3803

## 健康中心 9

131 E. Cheltenham Avenue  
Philadelphia, PA 19144  
215-685-5701

## 健康中心 10

2230 Cottman Avenue  
Philadelphia, PA 19149  
215-685-0639

## STRAWBERRY MANSION

### 健康中心

2840 Dauphin Street  
Philadelphia, PA 19132  
215-685-2401



# PHILLY HEPATITIS

如需了解乙型肝炎的详情, 或者需要找到检测和支持服务的帮助,  
可访问 [www.phillyhepatitis.org](http://www.phillyhepatitis.org)



Department of  
**Public Health**  
CITY OF PHILADELPHIA  
LIFE • LIBERTY • AND YOU™