Traditional Chinese - Number 40b
November 2023

與丙肝病毒健康共存
Living well with hepatitis C virus

丙型肝炎病毒（HCV）有何症狀？

許多丙肝帶菌者感覺健康，也沒有出現症狀，亦可能不知自己已經感染 HCV，他們可能並不清楚自己曾經接觸病毒；有些人則可能在感染病毒後約六週後出現過短暫不適症狀。您必須驗血以檢查自己是否丙肝帶菌者。

大約 75% 的帶菌者會發展成慢性（終生）感染。患有長期丙肝的人可能會感到疲倦、情緒低落或胃痛。他們也可能會把病毒傳染給他人。

若未經治療，慢性丙肝帶菌者會出現嚴重的肝臟疾病。少數人可能出現肝臟結痂（肝硬化）、肝功能衰竭或肝癌。

是否有丙肝疫苗？

現時還未有針對丙肝的疫苗。

丙肝能否被治愈？

是的。丙肝可以被治愈。更新型、高效的治療丙肝藥物由 BC PharmaCare 承擔藥物費用。這些藥物比起舊藥出現較少副作用，而且容易服用（無需注射）。大部分病患的丙肝感染可在 8 至 12 週內被治癒。丙肝治愈後可能再次感染，

如果您患有慢性丙肝感染，請定期與醫護人員約診。約診期間，您可能需要接受身體檢查和其它檢查以查明您的肝功能，醫護人員也有可能將您轉介給專科醫生作進一步測試。盡早治療可預防嚴重的肝臟疾病、肝癌或減低進行肝移植的概率。

我可如何預防把丙肝傳染給他人？

丙肝病毒經由經由血液接觸傳播。透過諸如精液或陰道分泌物等其它體液傳播病毒的機率很小，惟當體液中混有血液時，傳染概率會增加。

如您為丙肝病毒感染者，可以採取以下措施，減少將病毒傳給他人的機會：

- 請勿與他人共用吸食或注射藥品的器具，例如吸管、導管、加熱容器、濾紙、水、針頭及注射器
- 切勿捐獻血液、精液、身體器官或組織
- 如果您曾捐獻或接受過血液產品或移植組織，請告知醫護人員
- 如果有任何人的血液直接接觸到您的血液，應建議其前往當地的公共衛生單位或醫護人員處進行診察
- 將您是丙肝帶菌者一事告知您的醫護人員、牙醫和任何可能會接觸到您血液的人士（例如紋身、身體穿刺、電解脫毛或針灸從業人員），這樣他們便可採取預防措施，防止丙肝病毒傳染
- 進行更安全的性行為。與您的性伴侶討論您是丙肝帶菌者一事，並請其前往檢驗性傳染和和血源性感染（STBBI）
- 切勿與他人共用剃刀、牙刷、牙線、指甲銼或其它可能沾染微量血液的用品
- 所有未癒合的傷口和潰瘍都要貼上膠布，直至傷口癒合
- 沾有血跡的物品（例如紗布、紙巾、衛生棉條、剃刀或牙線等），要先用塑膠袋分開包好，再丟棄至家用垃圾箱中

- 調製家庭漂白溶液清洗並消毒可能沾到血的地方。將 1 份漂白劑與 9 份水混合，即可自製漂白溶液。濺到血的地方應用漂白溶液浸泡至少 10 分鐘，才把漂白溶液擦去
- 哺乳是安全的，除非乳頭或乳暈周圍有皸裂或出血的狀況，在此期間，您須擠出並丟棄人乳。當乳頭或乳暈的傷口愈合後，您可再恢復餵哺人乳

我怎麼做才可盡量保持健康？

丙肝帶菌者要促進健康生活，可以瞭解此症的資訊，並採取以下措施：

- 所有丙肝感染的省民，可透過 BC PharmaCare 獲得提供直接抗病毒治療（DAA）。及早治療可防止丙肝演變成嚴重疾病
- 向醫護人員、當地衛生單位或支援團體瞭解有關丙肝病毒的更多資訊
- 避免飲酒，因為酒精會損傷肝臟。如果您有飲酒，應嘗試降低飲酒量
- 避免使用毒品和吸煙
- 只在醫療人員建議的情況下，使用經處方的非處方藥，或其它草本或替代療法
- 保持健康體重
- 減輕壓力，保證充分睡眠
- 接種疫苗以預防其它疾病。丙肝帶菌者可免費接種下列疫苗：
  - 如果您還未對甲肝和乙肝免疫，應接種甲肝和乙肝疫苗。甲肝和乙肝病毒可引致進一步的肝臟受損
  - 肺炎球菌多糖體疫苗
  - 流感疫苗。您應每年在疫苗開始供應後儘早接種（一般為十月），以獲取最佳保障

更多資訊

- HealthLink BC File#40a 丙肝病毒感染
- 加拿大肝炎教育資源
- 加拿大肝臟基金會
- CATIE – 長期肝臟健康

有關緩害的資訊：

- HealthLinkBC File #102a 瞭解緩害：物質使用

有關相關疾病的資訊：

- HealthLinkBC File #97 接觸血液或體液：預防感染
- HealthLinkBC File #25a 乙肝疫苗
- HealthLinkBC File #33 甲型肝炎疫苗
- HealthLinkBC File #62b 肺炎球菌多糖體疫苗
- HealthLinkBC File #12d 滅活流行性感冒（流感）疫苗

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority