

什麼是 B 型肝炎？

B 型肝炎病毒存在於肝臟。全世界有數百萬人感染這種病毒。

該病毒會透過血液和體液傳播，例如在出生時。大多數人是在出生時或幼年時感染。

長期感染可導致嚴重的肝病（肝硬化）或肝癌。但大多數 B 型肝炎患者都能保持健康。

目前還沒有治癒的方法。可透過免疫系統或治療來控制病毒。控制病毒有助阻止嚴重傷害。

B 型肝炎高風險族群可免費接種疫苗來預防感染。



「我在孩童時期就診斷出患有這種疾病，直到長大後才真正明白。」

現在我花時間陪孩子、每天散步、與我信任的人談論這件事，藉此渡過難關。」

為您提供的資訊和支援

存有疑問或需要一些支援很正常。

British Liver Trust 為您提供服務。



如果您想跟專家談談，請撥打**免費** British Liver Trust 護士求助熱線 **0800 652 7330**。

我們提供許多有關 B 型肝炎的資訊。您也可以加入支援小組或我們的線上社群。

若要了解更多資訊，請掃描 QR 碼或造訪 britishlivertrust.org.uk/translate-hepb



傳單於 2023 年 11 月製作。代碼：HBV/11/23。

British Liver Trust 是一家註冊慈善機構，在英格蘭和威爾斯的註冊號碼為 298858，在蘇格蘭為 SC042140。



Chinese Traditional 繁體中文



剛診斷出患有 B 型肝炎 注意事項

您需要預約專科醫師或護士討論您的診斷結果。

對此您可能需要等待數月時間。即使您覺得沒問題，也請務必前往。

本單張可在您等待的期間提供協助。其中會告訴您：

- 什麼是 B 型肝炎
- 接下來怎麼辦
- 如何保護其他人
- 照顧您的健康
- 從哪裡獲得更多資訊和支援

接下來怎麼辦？

您需要去醫院看專科醫師。對此您可能需要等待數月時間。盡量不要擔心。列一份問題清單帶在身上。如果您需要傳譯員，可以提出要求。

專科醫師會進行血液檢驗和肝臟掃描等檢查，以確定：

- 病毒活躍程度
- 您的肝臟是否已經受損
- 您是否需要接受治療

保持較低病毒水準可阻止病毒損害您的肝臟。在大多數情況下，您的免疫系統可以做到這一點。有些人需要接受治療，通常是每天服藥。

前往所有約診和檢查非常重要。即使您覺得沒問題或不需要接受治療。病毒可能會在您不知情的情況下變得更加活躍，損害您的肝臟。

您的測試結果會獲得保密。該結果不會影響您申請庇護或通過移民申請的機會。

如何保護其他人

您身邊的人也可能會感染 B 型肝炎。其中包括：

- 與您同居的人，包括兒童
- 您的性伴侶

跟他們討論您的檢測結果，有助照顧他們。您可以向他們展示這份單張來協助說明。

您身邊的人應該要求他們的基層醫師提供**免費 B 型肝炎檢測**，以檢查他們是否患有 B 型肝炎。他們也可以接種**免費安全的疫苗**，這種疫苗預防 B 型肝炎非常有效。

基層醫療掛號免費。

請造訪 www.nhs.uk/service-search/find-a-gp，尋找您附近的診所。

B 型肝炎會在人們的血液或體液混合時傳播。這代表不會透過烹煮或分享食物、擁抱或接吻傳播。

您可以協助阻止病毒傳播。

- 除非您的伴侶已完全接種疫苗或同時也患有 B 型肝炎，否則在進行性行為時請使用安全套或避孕膜。
- 不要與他人共用可能沾染血跡的物品，例如刮鬍刀、牙刷、針頭。
- 用藥用膠布覆蓋割傷、擦傷和傷口，並以漂白水清理血漬。

照顧您的健康

在等待預約期間，您可以做些事情來照顧自己的健康。

- 健康飲食
- 戒酒
- 積極鍛鍊身體
- 確保充足的睡眠
- 完成所有檢查
- 務必告知醫療專業人員您的 B 型肝炎檢測結果呈陽性，以便他們檢查您服用的藥物是否安全。

也要照顧您的心理健康。找人聊聊會有所幫助。想想您信任的人，可從他們開始。British Liver Trust 設有支援小組，您可以透過該小組認識其他 B 型肝炎患者。

B 型肝炎通常不會引起任何症狀。您可能會覺得自己患有輕微流感，或是覺得有些搔癢。如需協助控制這些症狀，請諮詢您的基層醫療診所或藥房。

B 型肝炎可能會造成嚴重的問題。如果您出現以下任何症狀，請到急診室就醫：

- 感到極度疲倦
- 皮膚或眼睛泛黃（黃疸）
- 腹部腫脹
- 嘔血或糞便呈深色焦油狀