

甲型肝炎(Hepatitis A)

肝炎是由一种肝炎病毒引起的肝脏炎症。BC省内最常见的肝炎类型为甲肝、乙肝和丙肝。甲肝最常见的传播途径是粪口接触。病毒可见于体液，如血液和粪便。

甲肝通常会自行消失，并可接种疫苗加以预防。甲肝通常会持续数周，但很少会引起长期健康问题。

病因(Causes)

甲肝患者的粪便中带有甲肝病毒。粪便污染食物后，甲肝就会通过不洁的饮食传播。病毒传播的通常途径包括：

- 人际传播，比如如厕后不洗手，然后去准备食物或与他人分享食物
- 涉及粪口接触的性活动(如31T舔肛31T)
- 受污染的水或冰
- 受污染的水果或其他食物

如果你计划去甲肝高发国家旅游，应该在出发前注射甲肝疫苗。避免接触未烹煮的食物和未经处理的自来水，也可以降低感染甲肝的概率。

甲肝症状出现前的2周内，粪便和体液中的病毒数量最多。这段时间最容易传播甲肝，虽然症状出现后仍有可能继续传播病毒。

症状(Symptoms)

甲肝症状通常会在接触后15到50天出现。平均4周后出现症状。最常见的症状包括：

- 胃部不适
- 恶心和呕吐
- 感觉很疲乏
- 不思饮食、体重下降
- 腹痛
- 发热及肌肉酸痛
- 黄疸(皮肤及眼白发黄)
- 小便黄赤及大便颜色变浅

六周岁以下儿童往往无症状，仅有小部分儿童患者会出现黄疸。

检测和诊断(Tests and Diagnosis)

甲肝检测通常用血样进行。检测能查出肝脏是否发炎以及有无甲肝抗体。如有抗体,则表明最近接触过甲肝病毒。

如果有症状,最好进行甲肝检测。

窗口期(测试前等待多长时间):接触过甲肝4周后进行检测,大部分结果都很准确。在BC省,大多数检测应该在10天内出结果。

治疗(Treatment)

在大多数情况下,甲肝会自行从体内清除,大多数人会在几个月内痊愈。甲肝病毒导致慢性病或严重肝损伤的情况是少之又少的。

预防(Prevention)

可通过注射疫苗预防甲肝。有一种混合疫苗能够同时预防甲肝和乙肝。甲肝免疫球蛋白(IG)疫苗可用于预防甲肝,注射对象为一周岁以下婴儿、免疫系统较弱的人群以及其他不能接受常规疫苗的人群。

对于甲肝患者,可以采用以下步骤避免将病毒传给身边的人:

- 将患有甲肝一事告知同住者或性伴侣,以便他们可以就接种疫苗向医务人员了解情况。
- 如厕和换尿布后以及准备食物前,即刻用肥皂和热水洗手。
- 患甲肝期间,性伴侣间要避免任何的肛门接触。

在有些省区,甲肝患者在发病后2周内或黄疸症状出现后至少1周内不得从事食物处理、托儿或医疗工作。

资料来源(Resources)

BC省健康连线(HealthLink BC) – 甲肝疫苗信息的多语言版本

<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hepatitis-vaccine>

ImmunizeBC – 关于甲肝疫苗的信息

<https://immunizebc.ca/hepatitis-a>

CATIE – 甲肝便览 <http://www.catie.ca/en/fact-sheets/sti/hepatitis-a>

SmartSexResource – 如果你对甲肝感到担心或焦虑

<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC – 性别确认方面的性健康和生殖健康信息

<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>