

乙型肝炎(Hepatitis B)

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。乙肝通过血液和体液接触传播。病毒可见于体液，如血液、精液、尿道球腺液和阴道液。

乙肝可以通过接种疫苗加以预防。最好查看一下你的免疫记录，确保疫苗接种仍然有效，因为乙肝无法治愈。

大多数成年人得乙肝是在短期之内，然后会好转，这称为**急性**乙肝。有时，乙肝会引起长期感染，称为**慢性**乙肝。尽管大多数成年人能够清除病毒，但婴幼儿更有可能患上慢性乙肝。

病因(Causes)

乙肝可通过阴道、口腔和肛门性接触传播。这包括插入式性行为 and 发生体液交换的性活动。共用性玩具也可感染乙肝。

共用针头等吸毒用具可传播乙肝。如果你共用牙刷、剃须刀、指甲钳或其他沾血的物品，就可能会得乙肝。用未经适当消毒的用具进行纹身、人体穿孔、针灸或电针点痣，也可能会传播乙肝。

拥抱、亲吻、打喷嚏、咳嗽或者分享食物饮料等日常接触，不会感染乙肝。

如果你患了乙肝，即使没有症状，也可能会传染给其他人。

症状(Symptoms)

乙肝感染者通常不会感觉到任何症状。如果有症状，极有可能在接触乙肝45到160天后出现。可能类似于得了流感那样。最常见的症状包括：

- 食欲不振、恶心、有时呕吐
- 胃疼
- 疲乏
- 轻度发烧
- 头疼
- 肌肉及关节疼
- 皮疹
- 其他症状开始消失时，出现眼球和皮肤发黄(黄疸)

大多数慢性(长期)乙肝患者没有任何症状。

检测和诊断(Tests and Diagnosis)

乙肝检测通常用血样进行。可以检测出你目前是否感染了乙肝、以前是否曾患有乙肝以及是否注射过预防乙肝病毒的疫苗。如有以下情况,最好进行乙肝检查:

- 出现相关症状
- 同住者或性伴侣检测出急性或慢性乙肝阳性
- 共用吸毒用具,如针头
- 怀孕了

窗口期(测试前等待多长时间):接触乙肝后4到12周内进行检测,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)

绝大多数情况下,乙肝可以自愈。没有针对急性(短期)乙肝的特定治疗方法。请向医务人员咨询要避免服用哪些药物或草药制品,以免对肝脏造成进一步伤害。

通过自我照顾和定期检查,大多数慢性乙肝患者能够正常生活。治疗慢性乙肝有一些药物,但未必适合所有人。治疗的目的是降低严重并发症的风险,如肝硬化和肝癌。请向病毒性肝炎的专科医务人员咨询,了解最适合你的治疗方法。

并发症(Complications)

感染乙肝可导致严重的并发症,其中包括:

- 肝疤痕(肝硬化)
- 肝癌
- 在罕见情况下,肝功能衰竭和死亡

怀孕:如果怀孕了,你应该接受乙肝筛查。你可能会在生产时将乙肝传给孩子。乙肝患者通常仍然可以用母乳喂养孩子,但是要向医务人员咨询。

预防(Prevention)

乙肝可以通过注射疫苗预防。在BC省, 乙肝疫苗作为日常免疫接种的一项, 对从前未接种过疫苗的婴儿和6年级的儿童是免费的。此外, 由于健康状况、职业或生活方式的原因而有感染乙肝风险的青少年和成人, 也要注射乙肝疫苗。

你应该查看你的免疫记录, 确保疫苗接种仍然有效。还有一种混合疫苗可以同时预防乙肝和甲肝, 但这种疫苗不是免费的。所有乙肝患者还应注射甲肝疫苗。

如果你接触到乙肝患者的血液或体液, 请尽快联系医务人员。接触后预防 (PEP) 药物可以防止你感染。

要预防乙肝, 你可以:

- 使用避孕套
- 确保疫苗接种仍然有效
- 不要共用吸毒用具, 如针头
- 每次吸毒都使用新的吸毒用具
- 在纹身和人体穿孔时用新的用品
- 不要共用牙刷、剃须刀或任何其他可能沾血的家用产品

最好定期接受性传播感染检测, 如果你有新的性伴侣或处于开放式关系中更是如此。与伴侣讨论安全性行为, 确保每个人都知道会有怎样的后果。如果适合你的话, 避孕套效果很好。正确使用避孕套可以减少感染和传播乙肝的几率。

资料来源(Resources)

BC省健康连线 (HealthLink BC) – 乙肝疫苗信息的多语言版本

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

ImmunizeBC – 关于乙肝疫苗的信息

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

CATIE – 乙肝便览

<http://www.catie.ca/en/fact-sheets/sti/hepatitis-b>

SmartSexResource – 如果你对乙肝感到担心或焦虑

<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>