

慢性乙型肝炎病毒 (HBV)

患者须知



本传单旨在普及慢性乙型肝炎病毒 (HBV) 相关知识,包括感染途径、主要症状和治疗方法。如果您有任何疑问或疑虑,请随时与您的医生或护士联系。

什么是 HBV?

HBV 是一种病毒,能够感染人体肝脏并存在于血液中。有些人的免疫系统能够清除 HBV,但有些人却不能,因此病毒能够留存在他们体内。如果您感染 HBV 的时间达到六个月以上,我们称之为慢性乙型肝炎或慢性 HBV。

急性乙型肝炎和慢性乙型肝炎

HBV 常常被称为“沉默”的疾病,因为您即使感染多年也可能没有任何症状,但它可能持续在损伤您的肝脏并形成瘢痕(肝硬化)。肝硬化的潜在后果包括肝衰竭和肝癌(肝细胞癌)。

人体最初感染 HBV 时被称为“急性感染”(或新发感染)。大多数被感染的健康成年人不会出现症状,并且能够顺利清除病毒。有些成年人则无法清除病毒,经过六个月之后即形成“慢性感染”。

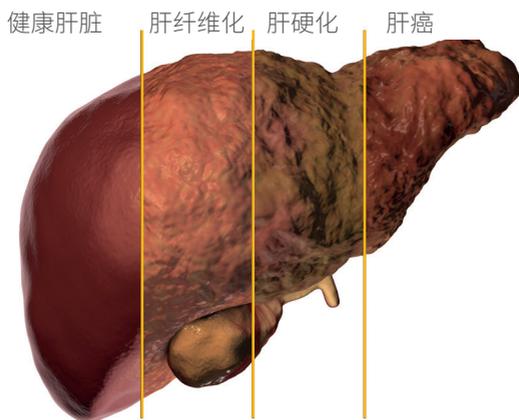
发展成慢性乙型肝炎的风险与患者首次感染乙型肝炎病毒时的年龄直接相关。首次感染的年龄越小，发展成慢性乙型肝炎的风险就越高。

- 在婴儿群体中，感染者发展成慢性乙型肝炎的比例超过 90%
- 在一到五岁的儿童群体中，感染者发展成慢性乙型肝炎的比例可达 50%
- 在健康的 19 岁以上成年人群体中，感染者的康复率达到 95%，发展成慢性乙型肝炎的比例仅为 5%
- 全世界的慢性乙型肝炎患者约有 2.4 亿人，其中 30% 出现了与 HBV 相关的健康问题。

为什么说肝脏很重要？

肝脏是人体内最大的实体器官，位于右侧上腹部的肋骨下方。作为一个重要器官，肝脏担负着诸多关键任务：

- 处理进入人体的一切物质
- 将养分转化成能量供人体使用
- 清除血液中的有害物质。



HBV 的传播途径

乙型肝炎病毒的传播途径包括：

- 母婴传播，尤其是在感染高发国家——英国为所有孕妇提供乙型肝炎病毒筛查服务。如果母亲感染，婴儿在出生后将立即接种疫苗以预防感染
- 注射毒品并共用针头和其他吸毒工具，例如勺子和过滤器
- 与感染者发生性行为时不使用避孕套
- 在不卫生的环境中使用未经消毒的设备进行纹身、身体穿刺或接受医疗或牙科治疗
- 在未对血液进行乙型肝炎病毒检测的国家接受输血——英国现已对所有献血进行感染检测
- 共用被感染者的血液污染的牙刷或剃须刀
- 意外被使用过的针头刺破皮肤（针刺伤）——主要见于医务工作者
- 乙型肝炎病毒感染者的血液进入开放性伤口、切口或擦痕——在极少数情况下，被乙型肝炎病毒感染者咬伤也可能感染

接吻、握手、拥抱、咳嗽、打喷嚏或共用餐具不会传播乙型肝炎病毒。

感染乙型肝炎病毒的高危人群

感染乙型肝炎病毒的高危人群包括：

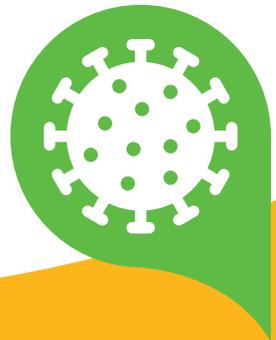
- 在感染高发国家出生或长大的人
- 母亲感染乙型肝炎病毒的婴儿
- 注射吸毒者
- 与来自乙型肝炎高发国家的人发生无保护性行为的人、男同性恋者、有多名性伴侣者和商业性工作者
- 急性或慢性乙型肝炎患者的密切接触者，例如家庭成员

如果能够避免以上行为，前往感染高发地区旅行时感染乙型肝炎病毒的风险通常较低。

高危地区

乙型肝炎见于全世界，但在以下地区尤为普遍：

- 撒哈拉以南非洲地区
- 东亚和东南亚
- 太平洋群岛
- 南美洲部分地区
- 中东欧南部地区
- 中东地区
- 印度次大陆



如何避免他人感染 HBV?

HBV 是可以预防的疾病。您仍然可以和他人拥抱、接吻并共用刀叉、勺子和杯子。避免他人感染 HBV 的方式包括：

- 让近亲和性伴侣接受检测，如果没有感染 HBV 应接种疫苗
- 不要共用针头、剃须刀或牙刷
- 务必用膏药或创可贴覆盖伤口
- 如有血液滴落应立即使用消毒巾（伽玛湿巾）或浓度为百分之十的漂白剂溶液仔细清理
- 使用避孕套——避孕套虽然有效但并不能 100% 预防感染，因此您的性伴侣还需要接种疫苗。

如何避免传播病毒：

- 主要的传播途径包括与感染者的体液直接接触（可以是血液间的接触，例如共用吸毒工具）、性接触和母婴（垂直）传播（分娩期间）。
- 市面上已有乙型肝炎疫苗供应，但仅对尚未感染 HBV 的人有效。
- 新生儿接种疫苗可以预防通过母婴传播感染病毒。患有乙型肝炎的产妇可以哺乳。
- 如果您是乙型肝炎患者，请务必让您的家庭成员、性伴侣和密切接触者接受检测并接种疫苗，以避免感染。
- 如果您是乙型肝炎患者，请务必采取预防措施，例如发生性行为时使用避孕套，不与他人共用剃须刀、针头、指甲剪或其他可能导致意外割伤或出血的用具。
- 唾液中能够检出乙型肝炎病毒，但共用杯子、刀叉等生活用品不会传播病毒。

HBV 有哪些症状？

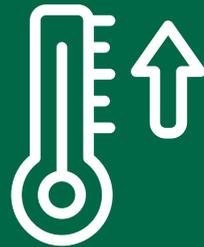
不少成年人在急性 HBV 感染期间没有任何症状。婴幼儿一般也不会出现症状。慢性 HBV 通常也没有症状，但肝硬化会表现出一些症状。

感染 HBV 之后，如有症状通常会在三个月后出现，但六周到六个月之内出现症状均属正常。症状通常持续数周，最长可达六个月。大多数成年感染者能够完全康复，即使表现出严重的症状。

部分发展成慢性乙型肝炎的患者会持续出现与急性乙型肝炎类似的状况，但大多数慢性乙型肝炎患者在 20 到 30 年内不会出现症状（隐性）。

症状因人而异，可能包括：

- 发热
- 尿色变深
- 关节疼痛
- 虚弱和疲劳
- 食欲不振
- 恶心和呕吐
- 肝区疼痛
- 黄疸（皮肤和眼白发黄）



如何诊断 HBV?

HBV 通过血液检查进行诊断和监测

乙肝表面抗原 (HBsAg)	一种蛋白质, 是乙型肝炎活动性感染的标志——我们也通过测量它的水平 (定量乙肝表面抗原) 来判断人体是否正在清除 HBV。
乙肝核心抗体 (HBcAb)	一种蛋白质, 是乙型肝炎急性感染的早期标志 (活动性 HBV 感染期间为阳性, 人体清除 HBV 之后仍为阳性)。
乙肝表面抗体 (HBsAb)	一种蛋白质, 用于衡量免疫力 (通过清除病毒感染或注射疫苗获得)。
乙肝核心抗体免疫球蛋白 M (抗-HBc IgM)	一种蛋白质, 用于衡量急性感染。
乙肝 e 抗原 (HBsAg)	高活动性感染的标志。
HBeAg 抗体 (抗-HBe)	一种降低传染性的蛋白质。
乙肝 DNA 或病毒载量 (HBV DNA)	血液中的病毒数量——治疗期间需要将该指标降到非常低的水平 (无法检测)。

用于评估肝脏健康状况的检测

肝脏功能	用于评估 HBV 导致的肝脏炎症或“刺激”水平。
凝血功能	重症肝炎患者需要检测凝血功能,用于评估肝脏是否正常发挥功能。
全血计数	贫血指标,用于评估总体健康状况以及肝脏瘢痕患者的血小板数量。
甲胎蛋白	一种血液检查,用于检测肝癌。
肝脏超声检查	通过扫描查看肝脏的形状和质地,也用于检测肝癌——在 UCLH 进行。
肝脏弹性成像 (瞬时弹性扫描)	通过扫描检查肝脏是否柔软 (正常) 或坚硬 (瘢痕或肝硬化), 在 Mortimer Market 进行。也可用于衡量肝脏的脂肪水平。

我是否将接受其他病毒感染检测?

我们将为 HBV 患者检测所有可通过相同途径感染的其他病毒。其中包括艾滋病毒 (HIV)、丙型肝炎病毒 (HCV) 和丁型肝炎病毒 (HDV)。世界范围内,每 100 名 HBV 感染者中有 10 人同时感染了 HDV。如果您也感染了 HDV, 您的肝脏损伤速度可能加快。治疗方法也与乙型肝炎略有不同。

慢性 HBV 能否通过服药治愈？

HBV 目前无法治愈，但是可以通过治疗进行控制。大多数 HBV 感染者不需要接受治疗，但是需要终生接受监测。

发生下列情况时通常需要治疗：

- 仅靠人体免疫系统已无法控制乙型肝炎
- 出现肝脏损伤迹象

治疗乙型肝炎的药物有助于控制病毒并停止肝脏损伤，有些人需要终生接受治疗。如果您同时感染了艾滋病毒和乙型肝炎病毒，您将需要终生接受药物治疗。



哪些药物被用于治疗慢性 HBV?

替诺福韦和恩替卡韦被用于治疗 HBV。替诺福韦通常是慢性 HBV 患者的首选药物。如果您的肾功能和/或骨骼不健全，医生将为您处方恩替卡韦。这两种药物都是片剂，通常每天服用一次。常见副作用包括恶心、呕吐和眩晕，通常在服药几周后好转。

干扰素也被用于治疗乙型肝炎，但仅限 HBV 感染的特定阶段（或者同时感染 HDV 的患者）。该药物通过皮下注射给药，每周一次，最长持续 48 周。有助于增强免疫系统以对抗 HBV。常见副作用包括与流感类似的症状，例如发热、肌肉和关节疼痛，但会随着时间的推移有所改善。

拉米夫定有时被用于预防 HBV 重新激活，例如接受化疗或其他抑制免疫系统的治疗的患者。其作用机制与替诺福韦相同，但效力更低。因此，英国较少使用该药物治疗慢性乙型肝炎。

与乙型肝炎共存

生活方式不仅对于您的总体健康至关重要,对于您的肝脏健康也同样重要。您可以通过以下方式保护肝脏:

- 避免无保护性行为,包括肛交和口交,除非确信您的性伴侣已接种疫苗或通过感染获得免疫
- 避免与他人共用注射毒品的针头
- 采取预防措施,例如不与他人(家庭成员等密切接触者需接种疫苗)共用牙刷或剃须刀
- 保持健康、均衡的饮食结构——乙型肝炎患者无需忌口
- 限制饮酒——酒精可增加发生肝硬化(肝脏出现瘢痕)等严重肝脏问题的风险
- 避免吸烟,因为吸烟可增加罹患肝癌的风险
- 定期进行体育锻炼
- 备孕前与医生沟通

乙型肝炎患者可以正常怀孕,但最好事先与医生讨论备孕计划,因为您可能需要额外的护理,您服用的药物也可能需要更换。

患有乙型肝炎的孕妇在分娩过程中可能将病毒传播给婴儿,但是在婴儿出生后尽快接种疫苗可以预防绝大多数感染。

让密切接触者(家人、伴侣)接受检测并接种疫苗很重要。

监测

- 大多数乙型肝炎患者不需要治疗，只需接受监测即可。监测方式是每六个月做一次血液检查，部分患者需进行扫描。
- 部分患者自身可清除病毒（通常在感染后六个月内）。然而，乙型肝炎常常属于需要终身监测的长期（慢性）疾病。
- 如果您患有乙型肝炎，请务必接受专业病毒性肝炎团队的护理，无论您是否感染艾滋病毒。当地团队位于 Bloomsbury 诊所的 Mortimer Market 中心。
- 我们将每隔六个月左右对您进行监测。如果认为您需要治疗，我们也可以安排必要的治疗。
- 如果您的肝脏出现了瘢痕，我们通常会建议您前往 University College 医院或 Royal Free 医院接受专业肝脏疾病团队的治疗。



更多资源

英国肝脏基金会

帮助热线:0800 652 7330 (周一至周五上午 10:00 至下午 3:00)

britishlivertrust.org.uk/information-and-support/

living-with-a-liver-condition/liver-conditions/hepatitis-b

乙型肝炎阳性信托

帮助热线:07958 558 510

www.hepbpositive.org.uk

www.hepbpositive.org.uk/list-of-uk-hepatitis-support-groups

乙型肝炎:指南、数据和分析

[www.gov.uk/government/collections/](http://www.gov.uk/government/collections/hepatitis-b-guidance-data-and-analysis)

hepatitis-b-guidance-data-and-analysis

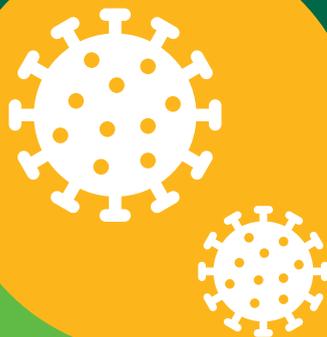
希金斯信托

www.tht.org.uk/hiv-and-sexual-health/

sexual-health/stis/hepatitis/hepatitis-b

信息速览

- 乙型肝炎病毒可导致肝脏炎症和斑痕,但通常无症状。
- 乙型肝炎在全球广泛分布,但在非洲和亚洲更为普遍。
- 乙型肝炎可导致永久性肝脏损伤(肝硬化)和肝癌。避免出现以上并发症的第一步是接受乙型肝炎检测,如确认感染还需进行症状检测、识别和管理。
- 乙型肝炎属于易于管理的疾病,患者完全可以过上“正常”生活。知道自己感染乙型肝炎病毒非常重要,以便我们为您提供适当的护理。



本文件也可应要求提供其他语言、大号印刷、盲文和音频版本。请发送电子邮件至
communications.cnwl@nhs.net

هذه الوثيقة متاحة أيضاً بلغات أخرى والأحرف الطباعية الكبيرة وبطريقة برايل للمكفوفين وبصيغة سمعية
عند الطلب
阿拉伯语

این مدرک همچنین بنا به درخواست به زبانهای دیگر، در چاپ درشت و در فرمت صوتی موجود است.
波斯语

এই ডকুমেন্ট অন্য ভাষায়, বড় প্রিন্ট আকারে, ব্রেল এবং অডিও টেপ আকারেও অনুরোধ পাওয়া যায়
孟加拉语

Dokumentigaan waxaa xitaa lagu heli karaa luqado kale, daabacad far waa-wayn, farta indhoolaha (Braille) iyo hab dhegaysi ah markii la soo codsado.
索马里语

Mediante solicitação, este documento encontra-se também disponível noutras línguas, num formato de impressão maior, em Braille e em áudio.
葡萄牙语

நீங்கள் கேட்டுக்கொண்டால், இந்த ஆவணம் வேறு மொழிகளிலும், பெரிய எழுத்து அச்சிலும் அல்லது ஒலிநாடா வடிவிலும் அளிக்கப்படும்.
泰米尔语

Este documento también está disponible y puede solicitarse en otros idiomas, letra grande, braille y formato de audio.
西班牙语

Dokument ten jest na życzenie udostępniany także w innych wersjach językowych, w dużym druku, w alfabecie Braille' a lub w formacie audio.
波兰语

આ દસ્તાવેજ વિનંતી કરવાથી બીજી ભાષાઓ, મોટા છાપેલા અક્ષરો અથવા ઓડિઓ રચનામાં પણ મળી રહેશે.
古吉拉特语

Be belge istenirse, başka dillerde, iri harflerle, Braille ile (görme engelliler için) ve ses kasetinde de temin edilebilir.
土耳其语