



甲型肝炎

虽然我们已尽力确保本出版物中信息的准确性，但它并不能替代医嘱。如果您对自己的健康存在任何疑虑，应该去见健康专家。您可从下述所列地方获得更多信息。

什么是甲型肝炎（简称甲肝）？

肝炎是一种肝脏疾病。它可由甲、乙、丙、丁、戊和己型病毒引起，也可由酒精、某些化学品和毒品引起。

您会如何感染上甲肝？

甲肝病毒常见于感染者的粪便中。通常甲肝病毒通过与感染者亲密接触、食用或饮用受污染（脏）的食品或水传染。

哪些人属于高危人群？

- 与甲肝患者一起生活的人
- 不讲卫生、特别是不勤洗手的人
- 在工作环境中可能接触到病毒的人，包括托儿所工作人员和污水处理工人
- 去访甲肝流行国家的人

年幼儿童之间会有非常近距离的接触，因此病毒很容易在儿童间传播，特别是他们仍在使用尿布的阶段。

甲肝有哪些迹象和症状？

症状通常会在您被感染后4周左右显现出来。常见症状包括：

- 疲倦
- 身体疼痛
- 食欲不振
- 恶心和呕吐
- 发烧和发冷
- 上腹疼痛，通常在右侧
- 眼睛或皮肤变黄（黄疸）

年幼儿童通常没有什么症状，但年龄较大的儿童以及成人大多数会出现症状。

这些症状通常会持续几周时间，但疲倦感会持续更长时间。

如果您或您的孩子有这些症状，请去医生那里做血液检查。



甲型肝炎

因甲肝死亡的病例很罕见，但有些人会病得很重。

我怎么知道自己是否患有甲肝？

甲肝诊断是根据病人的症状，并由血液检验确诊。

如果我患上甲肝该怎么办？

如果您感觉自己可能患有甲肝，请尽快去见您的家庭医生或您所选择的医生。

我可以继续工作吗？

专业从事食品饮料行业、托儿所服务或医疗护理的人员以及游泳教练在黄疸症出现后必须至少休假一周。请与您的家庭医生或您所选择的医生确认。

我该如何接受治疗？

向您的家庭医生或您所选择的医生咨询。甲肝没有特别的治疗方法。大多数人几个月后就会自然康复，但是一些年龄较大的儿童和成人可能需要去医院。多休息和良好的饮食习惯会有帮助。甲肝一生最多只会得一次。

我该如何减少感染甲肝的风险？

如果您与甲肝患者有过亲密接触，请尽快去见您的医生，因为有很多方法可以防止或减轻感染。

洗手和卫生？

要坚持洗手（使用肥皂，认真搓揉双手15秒钟）：

- 如厕后
- 换过尿布后
- 饭前
- 准备食物前

甲肝病毒会在潮湿的环境下存活数周。如果您或您的家人患有甲肝，病毒可能在患者出现黄疸后会在沾染表面上存活至少一周，因此您需要清洁所有可能沾染病毒的表面。这些表面包括门把、马桶座和扶手、水龙头和婴儿换尿布台。如果您患有甲肝，则不得给其他人准备或处理食物。

安全性交

在口对肛性交的过程中，使用牙用橡皮障可预防甲肝病毒传染。您可以从性健康诊所和一些药店买到牙用橡皮障。



甲型肝炎

海外旅行

如果您去访甲肝流行的地区（包括大部分发展中国家），尤其要注意避免感染。请在您选择或准备食物和饮料时多加小心。好的建议是，“食物应煮熟、去皮、烧开后再吃，否则就别吃”。请在旅行之前至少提前六周去看医生并与医生商讨旅行计划。注射甲肝疫苗通常是个不错的选择。

是否有疫苗可以预防甲肝？

有甲肝疫苗。为达到最好的保护，您需要进行两次接种，两次之间相隔6至12个月。另外还有甲肝和乙肝的混合疫苗。

哪些人应该接种甲肝疫苗？

- 去访甲肝流行地区（包括大部分发展中国家）的人
- 在偏远的原住民社区生活或工作的人
- 日托中心的员工
- 智障人士和他们的护理人员
- 污水处理工人
- 与男性发生性交的男性
- 患有慢性肝病的人

我如何接种甲肝疫苗？

如果您在考虑接种甲肝疫苗，请咨询您的家庭医生或您所选择的医生。



甲型肝炎

在哪里可以获得更多有关甲肝的信息？

请与您的家庭医生或您所选择的医生联系，或联系：

- 所在地方政府的环境健康官员
- 您的社区护士
- 您所在地区的人口健康机构
- 地方医院 (乡村医院)

- 或者西澳肝炎防治协会 (HepatitisWA)
 - ☎ 9328 8538 (都市地区的致电者) 或者
 - ☎ 1800 800 070 (乡村地区的致电者 - 免费电话，仅限座机)
- **healthdirect Australia**
 - ☎ 1800 022 222.

您可从以下网站获得更多有关肝炎的信息：

www.hepatitiswa.com.au

本文件可根据残障人士的需要以其他形式提供。

2013年由西澳大利亚州健康部传染疾病控制处制作