(HBV)。现有数种血液检查可证实是否患上乙型肝炎。请与你的大夫讨论以确诊你的情况。以下几种为健康的病毒携带者的典型血液报告：

- 所有慢性病毒携带者的乙型肝炎病毒表面抗原(HBsAg+)均会呈阳性。表面抗原是病毒的蛋白衣壳。由于受感染的个体产生大量的表面抗原，因此很容易在血液中检测到 HBsAg+。
- 受感染的程度由另一种 HBV 蛋白决定，即乙型肝炎 e 抗原(HBeAg)。如果该试验呈阳性，则表示病人血液内有大量的病毒，从而增加了感染的程度。如果试验呈阴性，则血液内病毒的数量较少，感染的程度也相对降低。
- 病毒携带者体内或许同时有乙型肝炎病毒的核心抗体，但是此抗体并不像其他抗体可清除病毒。

你的大夫的角色

所有慢性病毒携带者均需要联络肝病专家(肝脏病学家或是胃肠病学家)或是其他对肝脏疾病有认识的大夫。定期的肝脏检查是非常重要的，因早期检查可起到早期治疗的作用。

- 所有成人及儿童病毒携带者需要进行定期检测。我们建议每六个月复查一次，当然复查的频率须根据个人情况而定。复查的项目包括：体检，肝功能酶检查，甲胎蛋白和 HBV 标志物，以及可能的肝脏超声波检查。

乙型肝炎的治疗

目前我们已研制出一些新的治疗乙肝的药物和治疗方案。现有两种药物已通过美国联邦食品与药物管理局(FDA)审批，他们包括：

- Interferon alpha --一种须定期注射的药物，一般一周注射几次。
- Epivir-HBV -- 一种日服口服药丸或是 elixir。

虽然目前我们仍未找到治愈乙型肝炎的办法，但是我们发现现有的药物可有效地减缓肝病的进程，加上已在进行临床试验的新药，我们完全有理由相信在不远的将来会彻底治愈乙型肝炎。

饮食与酒精

乙型肝炎与酒精是一个危险的组合。研究证明即使少量酒精亦可加重已有的肝损害。慢性病毒携带者须避免饮酒以显著减缓肝病的进程。

不要食用发霉的或是未经妥善保存的食物，尤其是米饭，玉米和花生。同时也应避免进食未经加工的海鲜。

虽然乙型肝炎病毒携带者并不需要进食特别的饮食，但我们知道绿色和黄色蔬菜(如椰菜，西兰花和菜花)对肝脏有益。这些菜有助于保护肝脏受到外界化学物品的影响。美国癌症学会(American Cancer Society) 建议食用低脂，低胆固醇及高纤维的食物。这些食物对肝脏和整个身体的健康都有帮助。

保护你的家人

务必确定你的配偶，性伴侣，孩子和跟你有密切接触的人均注射了乙型肝炎疫苗。该疫苗能安全有效地预防乙肝的感染。

在处理你的血液时请注意不要传播给他人。用胶布包扎伤口。避免与未注射疫苗的性伴侣发生无防护性性交。不要捐赠血液或是身体器官与他人。将已用过的女性卫生用品放在塑料袋里。不要共用可能含有血液的私人物品如牙刷，指甲刀，耳环，剃须用品或是任何针头。

建议用家庭用的稀释的漂白水来清洗任何血迹或是体液（一份漂白液加九份水)。普通的酒精也是一种良好的消毒剂。如果可能的话，在清洗时戴上塑胶手套。将废弃物品放在塑料袋内并妥善弃置。最后用温和肥皂水洗手。

特别注意事项

如果携带者为孕妇，请确保你的婴儿在出生后马上注射乙肝疫苗和乙肝免疫球蛋白(HBIG)。这样可保护新生儿在分娩过程中感染乙肝病毒，其有效率达 90%以上。

请与你的大夫讨论是否应注射甲型肝炎疫苗。在已经感染 HBV 后，保护你的肝脏受其他肝炎病毒的感染是非常重要的。

在配药时咨询你的大夫和药剂员，确认该药对肝脏没有损害。这些包括处方和非处方的药物。有许多种通过肝脏代谢的药物会损害肝脏。

避免吸入从油漆，油漆稀释剂，胶水和家用清洁剂中释放出来的气体。因部份产品含有对肝脏有损害的成份，如酚(phenol)和苯(Benzene) 。

乙型肝炎基金会建议：慢性病毒携带者如对此资料或乙型肝炎有任何疑问，请咨询你的大夫。

根治从病因着手

乙型肝炎基金会是一所非牟利的机构。我们旨在通过对肝炎治疗的研究与公众教育来消灭乙型肝炎。基金会还同时对患者提供支持与协助。诺贝尔奖得主，发现乙型肝炎病毒的 Dr. Baruch Blumberg，为本基金会的创始人之一。我们的董事会成员包括数位世界知名的科学家和医生。

如需进一步资料，请致电或致函与我们：

Hepatitis B Foundation
Cause for a Cure

Hepatitis B Foundation
3805 Old Easton Road
Doylestown, PA 18901
Phone: 215-489-4900
Fax: 215-489-4920
Email: info@hepb.org
Website: www.hepb.org

The Hepatitis B Foundation is a national non-profit organization dedicated to finding a cure and improving the quality of life for those affected by hepatitis B worldwide, through research, education and advocacy.

乙型肝炎带菌者须知
给慢性病毒携带者的信息
乙型肝炎基金会

根治从病因着手

关于乙型肝炎

乙型肝炎是世界上最为常见的传染性肝病。它是由乙型肝炎病毒(HBV)引起,而病毒可通过血液，无防护性性交，共用针头传播，也可由受到传染的母亲在分娩时传染给新生婴儿。因乙型肝炎患者并不知道自己已被病毒感染，所以往往会把病毒传给与自己有紧密接触的人，从而引至广泛传播。全球有三亿五千万慢性病毒携带者，在美国估计有一百二十五万人受到病毒的慢性感染。

慢性病毒携带者

慢性病毒携带者定义为在肝脏和血液中有乙型肝炎病毒(HBV)的人。虽然大部份的乙肝病人可以完全复原并产生抗体抵抗病毒，但有10%受感染的成年人和 80%在一岁前受到感染的婴儿无法清除病毒。他们会永远受到感染。这些慢性病毒携带者在许多年后往往有更多的机会引起肝硬化和/或者肝肿瘤。但是如果病毒携带者能保持良好的健康状况及采取应有的防范措施的话，他们可享有健康的生活。

了解你的血液检查

病毒携带者在血液中有乙型肝炎病毒