

部屋home  
1 mon

好味dining  
2 tue

潮拜trend  
3 wed

優遊travel  
4 thu

電氣I.T  
5 fri

極尚deluxe  
6 sat

親子family  
7 sun

健康寶庫

「肝 炎會傳染嗎？」、「食海鮮會患肝炎嗎？」相信不少港人也有以上疑問。其實肝炎會否傳染，怎樣患上也不是三言兩語就能解答。另外，根據調查發現，本港市民對肝炎認識普遍不足，既然肝臟是人體重要器官之一，就不能忽視。

撰文：陳珮誼 部分相片提供：黎青龍教授



■肝臟是身體內主要新陳代謝的器官，有解毒如酒精、製造蛋白質及血凝因素及分泌膽汁等功能。



■若紋身的工具未經洗淨，紋身時因有機會出血，那時便會患上乙型肝炎。

港人普遍認知不足

根據最近一項名為《公眾對乙型肝炎認知及關注意見調查》的調查顯示，本港大部分人對乙型肝炎的認識不足且有些誤解，有鑒於此，香港大學醫學院內科學系講座教授及肝臟組主管黎青龍教授對乙型肝炎作出解釋。肝炎分可五種，分別是甲、乙、丙、丁、戊(A、B、C、D、E)，而現時約有60萬人為慢性乙型肝炎帶菌者，部分更是病情活躍的患者，需長期服藥治療。

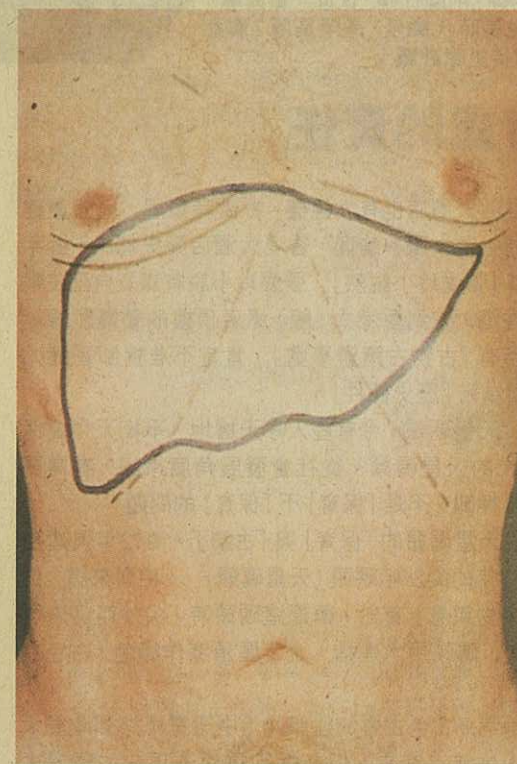
乙型肝炎的傳染途徑經常被人誤解，更甚的以為同桌吃飯也會染上，其實不然。乙型肝炎傳染可經血液和體液，母嬰傳染(經父親亦可)，若有近親為慢性乙型肝炎帶病毒者，傳染乙肝病毒的機會亦大大提高，血液傳染可經未經消毒的器具如紋身、針灸、穿耳、共用針筒等，而體液則主要是經性接觸而傳染。有些人以為「口水會傳染」，是未錯結結的想法，

決它的患病途徑，而是康復時間。根據黎教授稱，如6個月內不能將病毒清除，這就可被定為慢性乙型肝炎。受到乙型肝炎病毒感染可引致急性乙型肝炎，其病徵包括：食慾不振、疲倦、噁心、嘔吐、黃疸、尿

# 慢性乙型肝炎 新解讀

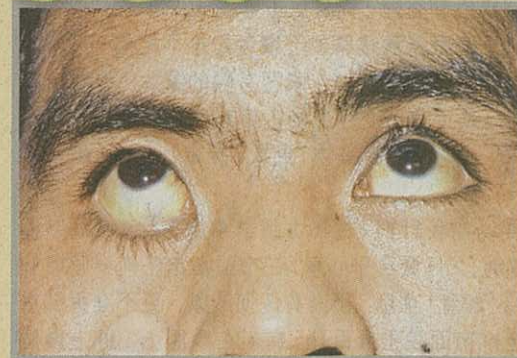
## 中途轉藥是否可行？

說到慢性乙型肝炎治療藥物，大致可分為兩類，它們分別是免疫調節劑及抗病毒口服藥物，其主要作用是抑制病毒複製，減低出現肝硬化或肝癌的機會。但是，乙肝病患者每月藥費由一千至數千元不等，而大多數患者往往需要長期服用，對那些收入較低的病患者而言，無疑是沉重的經濟負擔。而就這個問題，有報道引述本港專科醫生的建議，認為患者在治療初期先服用功效較高、抗藥性較低，但價錢相對較高的藥物，如「恩替卡韋」(醫管局及國際指引的一線乙型肝炎抗病毒藥物之一)，此藥在抑制病毒、耐藥性以至副作用方面效果均較為顯著。在接受有關治療約半年後，病毒水平降至極低水平時，才轉用較便宜，但較易出現耐藥性問題的「拉米夫定」。對於此建



■肝臟位於胸下附近。肝炎的患者多是男性，但現階段仍未查出成因。

## 肝病病徵



■黃疸，眼白出現黃色，多數在急性肝炎患者上見到，但亦不常見。



■蜘蛛痣，身體上會出現像被蜘蛛咬過的痕跡。

況

唾液雖帶有病毒，但它所存的病毒數量較少，不會導致傳染。

而乙型肝炎可分為急性與慢性，分別定義並非取



■若孕婦是乙型肝炎者，所懷的胎兒很大機會也染上乙型肝炎。

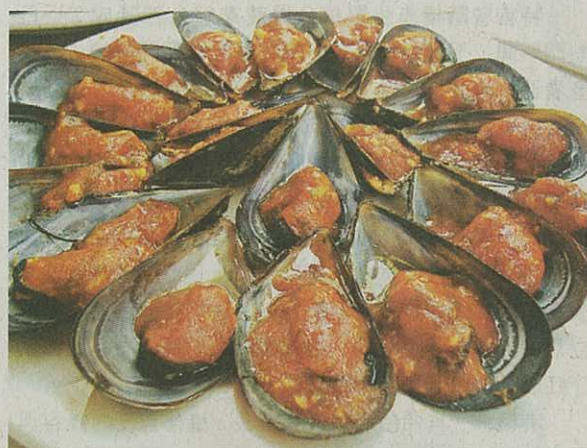
取至來已等，但亦有部分患者症狀輕微，甚至毫無症狀。部分急性乙型肝炎患者可以完全康復，並在體內產生抗體，得到免疫能力。

據統計，慢性乙型肝炎帶病毒者較常人罹患肝癌的機會率高出超過一百倍。大約有四分之一的慢性乙型肝炎帶病毒者最終會因肝硬化或肝癌而導致死亡。慢性乙型肝炎患者約有25至40%多會死於肝病，當中男性佔50%，女性佔14%，致於何種男性的比例較高，黎教授則說到現階段為止也未知原因。所以，乙型肝炎所引致的後果可輕可小，亦由於部分患者沒有任何病徵，故黎教授亦建議應定期作檢查。另外，而40歲以上男性病人風險則尤其高，應盡快接受後續診治。

### 沒有食療可有效預防

某些疾病，若外吃某些維他命就可增加避免患上的機會，但乙型肝炎則不能。預防的最佳方法，是接受乙型肝炎疫苗注射。香港政府在1988年便開始替所有在香港出生的嬰兒注射乙型肝炎疫苗，故在該年份之前出生而尚未接受乙型肝炎疫苗注射的人士，可考慮進行乙型肝炎驗血測試。若不幸患上了，患者應不可再飲酒，更不要隨便吃成藥或健康食品，以及定期檢查(至少6個月1次)，藥物可控制病毒。

議，黎教授並不同意，因為中途轉換治療藥物，很容易會出現耐藥性的問題，病患者可能會得不償失，反而要付出更高昂的藥費，轉用另一款一綫乙型肝炎治療藥物。況且，醫管局亦已於今年4月1日起，進一步放寬用藥指引，只要乙型肝炎符合兩個要求，包括肝酵素水平高出兩倍（過去為五倍）或體內乙型肝炎病毒數量達到高水平，便可在毋須自費下，獲得包括「恩替卡韋」和「泰諾福韋」等療效較佳、耐藥性較低的一綫藥物治療，某程度上減輕病患者的經濟負擔。



■進食海產類會引致肝炎，這只是一般人的誤解。



■手掌會出現紅腫的情況



■指狀杵變，手指，特別是頭出現發脹，變形的徵狀。

香港肝壽基金

網址：<http://www.liverfound.org.hk>

撰文：陳珮誼

### 健康情報

## Oral B 感應燈電動牙刷

「向上刷，向下刷，不可放任胡亂刷！」從小到大，我們都知道刷牙不可胡亂刷，但事實上，很多人對刷牙的態度是一副狠勁，把牙齒大刷一番，以為可更徹底清潔牙菌膜，防止蛀牙。事實上，過度用力刷牙，會導致牙肉腫痛、流牙血、牙肉萎縮，甚至損害琺瑯質，更易引致蛀牙等問題。口腔護理專家Oral B推薦全新新增壓力感應燈的Oral B Professional Care系列電動牙刷，當刷牙過度用力時感應燈會馬上亮起，提醒減少刷牙力度，避免牙肉受損，令你真正懂得清潔牙齒。



查詢：2583 3583

撰文：Charlotte

### 健康講座

## 德國寶贊助 不一樣的自然養生法

暢銷書《不一樣的自然養生法》作者吳永志博士三十年前罹患癌症，以西醫療法未能治癒，最後轉用生機飲食及自然療法在9個月內成功康復，營養學與親身蔬果汁配方及揚，從而掀起熱潮。由德國博士主講之「養生法」健康吶動登港，德票網頁或致電票時，只需引碼，即可享獲



### 講座詳情

日期：2010年6月5日(六)

時間：9:30am - 4:30pm

地點：荃灣悅來酒店5樓宴會廳

票價：\$500

### 德國寶顧客

門票折扣密碼：GP0605

購票：快達票 [www.hkticketing.com](http://www.hkticketing.com) 或致電31 288 288

撰文：陳珮誼

### 健康情報

## La Roche - Posay 暗瘡催化劑

暗瘡並不是年輕人的專利，往往生活壓力、天氣變化等因素都是所有油性、混合性肌膚的暗瘡催化劑。其實或男或女，不論是十八廿二，還是過了三十年華，只要是油脂暢旺、毛孔堵塞，均有機會是暗瘡的受害者。一般而言暗瘡療程可分為口服與外用兩大類；口服抗生素可以阻止毛囊中引致發炎的細菌滋生，從而減少暗瘡；一些口服維他命A可控制角質細胞更新速度，並減少油脂分泌，但亦會附帶令皮膚乾燥的副作用，這些患者可選擇一些具保濕功能的產品輔助療程。



查詢：2828 1418