

丙型肝炎—— 現在已有治癒方法！

您的肝臟健康指南





本手冊中的資訊為
多元文化HIV和肝炎服務處在出版時
掌握的最新資訊。



目錄

簡介	04
本小冊子給誰人看?	04
本小冊子解答的一些問題.....	05
什麼是丙型肝炎?	06
您需要知道關於您的肝臟的知識.....	07
什麼是丙型肝炎?	08
丙型肝炎如何影響您的肝臟?	09
丙型肝炎的症狀是什麼?	10
如何會感染丙型肝炎?	11
丙型肝炎檢測	12
取得丙型肝炎檢測.....	13
誰應該接受檢測?	13
丙型肝炎檢測的種類	14
丙型肝炎的治療	16
我被診斷患上丙型肝炎後然後怎樣?	17
丙型肝炎有什麼治療方法?	17
丙型肝炎治療之旅.....	18
藥物費用多少?	19
若我痊癒了, 我會再次感染丙型肝炎嗎?	19
預防丙型肝炎	20
我該如何保護自己避免感染丙型肝炎?	21
我有丙型肝炎: 我該做什麼避免傳染給他人?	22
健康生活	24
您的權利與丙型肝炎	26
我應該告訴什麼人我有丙型肝炎?	28
資訊與服務	30
談論丙型肝炎時您可能聽到的術語	32

簡介

本小冊子供任何想了解丙型肝炎的人閱讀。它闡述了患有丙型肝炎對您有什麼影響，以及如何保護自己不會感染丙型肝炎和不會傳染其他人。小冊子也講述如何接受丙型肝炎檢測，以及如何治癒丙型肝炎。

若您符合以下情況，本小冊子是為您而準備：

- 曾在海外接受輸血、疫苗接種或手術，並且不確定所使用的器械是否完全乾淨（未消毒）
- 曾在海外接受傳統醫療程序，並且不確定所使用的器械是否完全乾淨（未消毒）
- 不確定您的紋身或身體穿洞是否使用了乾淨的器械（已消毒）
- 已被診斷患有丙型肝炎
- 患有乙型肝炎或愛滋病毒（HIV）
- 曾注射毒品或類固醇，或與他人共用注射器
- 曾入獄



本小冊子解答的一些問題：

什麼是丙型肝炎？

我如何會感染丙型肝炎？

我如何保護自己不會感染丙型肝炎？

丙型肝炎對我的身體有什麼影響？

我應該接受丙型肝炎檢測嗎？

我可以在什麼地方接受丙型肝炎檢測？

有治癒方法嗎？

我應該告訴誰？

有什麼服務可以幫助我？



什麼是丙型肝炎?

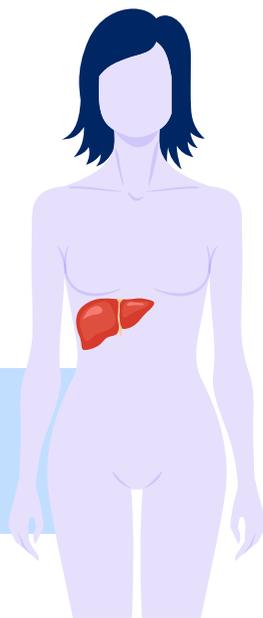


您需要知道關於肝炎與您的肝臟的知識

「肝炎」一詞顧名思義是指肝臟發炎。酒精、某些藥物、毒品或病毒都可能引致肝臟發炎。

肝臟是您身體中非常重要的一部份，因為它：

- 分解您攝取的食物、飲品和藥物
- 去除血液中有毒的毒素
- 幫助對抗感染並消化食物



保護肝臟健康並維持其正常運作非常重要。在澳洲，引起肝炎的主要病毒有甲型、乙型和丙型。它們並不相同，但均會影響肝臟。

肝炎	傳播方式	預防方法	治療
	受污染的食物和水	接種疫苗和良好衛生習慣	身體自我痊癒
	接觸受感染的血液、性行為和嬰兒出生時從母體感染	接種疫苗和性行為時使用避孕套	有治療方法
	接觸受感染的血液	無疫苗可用 參閱「預防丙型肝炎」部份	有治療方法

什麼是丙型肝炎?

丙型肝炎是一種由丙型肝炎病毒引起的肝臟感染。它的傳播是通過丙型肝炎患者的血液進入另一個人的體內。

此病影響世界各地所有年齡、背景和文化的人。全球約有五千萬人患有慢性丙型肝炎（2024年世界衛生組織資料）。

許多感染了丙型肝炎的人並不知道自己患病。

症狀可能需要多年才會出現。

若不治療，丙型肝炎可能會導致嚴重的肝臟損害（肝硬化）和肝癌。

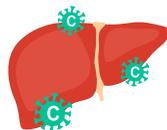


丙型肝炎如何影響您的肝臟？

若您感染了丙型肝炎，您的身體會試圖抵抗病毒。在100個感染丙型肝炎的人中，25個會在12個月內無需治療自行消除病毒。這稱為急性**短期丙型肝炎**。您可能有一段時間會感到不適，但之後會好轉。



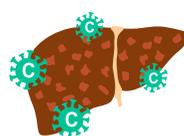
急性
丙型肝炎



另外75人的體內會繼續留有病毒，但可能沒有明顯症狀。這稱為**慢性（長期）丙型肝炎**。當您的身體無法再抵抗病毒時，您便是患上慢性丙型肝炎。這可能導致嚴重健康問題。它通常以肝臟結疤（纖維化）開始。



慢性
丙型肝炎



若不治療：



的人在感染後 10 至 15 年內會出現明顯症狀



的人在感染20年後會有嚴重肝病



其中5% 的人會發展為肝功能衰竭或肝癌，並可能導致早逝。

可幸的是，丙型肝炎現在可以治癒。

丙型肝炎的症狀是什麼？

大多數丙型肝炎患者多年不會出現任何症狀。而有症狀的人，症狀類似流感。有些人可能會感到噁心、極度疲倦和肝臟周圍疼痛或不適。

丙型肝炎症狀包括：



慢性丙型肝炎患者可能直到肝臟損害非常嚴重時才會感到不適。這可能需要多年時間。

要知道自己是否已感染丙型肝炎的唯一方法是通過血液檢測。



如何會感染丙型肝炎?

您可以在丙型肝炎患者的血液進入您體內的血液時感染丙型肝炎。這包括看不到的微小血滴。

您可以從以下途徑（信息圖）感染丙型肝炎：



在海外進行未經消毒的醫療、牙科或美容程序、接種疫苗或進行手術（這些程序、手術一般在澳洲是安全的)



涉及血液的傳統未經消毒的程序，如紋身和刺穿皮膚



使用他人的個人物品，這些物品上可能沾有血液（即使份量微小），例如鬚刨和牙刷



若母親患有丙型肝炎，在懷孕或分娩時可能會傳給嬰兒



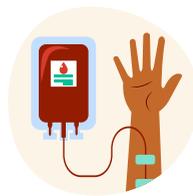
在性行為時沒有使用避孕套而有血液接觸



意外被針刺傷



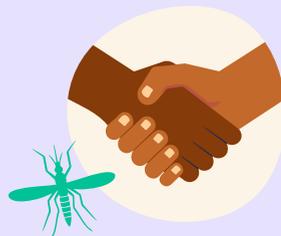
共用和重用注射毒品或類固醇的器具



1990年前曾在澳洲輸血

您不可能從以下途徑感染丙型肝炎：

- 咳嗽、打噴嚏、握手、接吻或擁抱
- 共享食物、飲品、共用烹飪或進食用具
- 共用廁所
- 游泳池
- 被蚊子或其他昆蟲叮咬。



丙型肝炎檢測



丙型肝炎檢測

要知道自己是否患有丙型肝炎的唯一方法是接受血液檢測。

丙型肝炎檢測不是常規健康檢查的一部份，因此您需要特別要求醫生進行丙型肝炎檢測。在Medicare下，檢測不收費。

丙型肝炎檢測簡單並且保密



誰應該接受檢測？

若您出生或曾居住於丙型肝炎較為流行的國家，接受丙型肝炎檢測很重要。

若您有以下情況，接受丙型肝炎檢測也很重要：



曾入獄



患有乙型肝炎或
HIV



從丙型肝炎流行的國家移
居到澳洲

丙型肝炎檢測的種類

檢測	是怎樣的檢測	若結果是陰性， 意味著什麼？	若結果是陽性， 意味著什麼？
丙型肝炎抗體 檢測	這是一種血液檢測，顯示您曾否感染過丙型肝炎。	若結果為陰性，表示您從未感染過丙型肝炎，現在也沒有。	若結果為陽性，表示您曾在某個時候接觸過丙型肝炎。 您需要做 PCR 檢測。
丙型肝炎 PCR 檢測（聚合酶鏈 反應）	這是一種血液檢測，顯示您現在是否有丙型肝炎病毒。	若結果為陰性，表示您現在沒有丙型肝炎病毒。	若結果為陽性，表示您現在感染了丙型肝炎。 請向你的醫生諮詢治療方法。
幹血點 (DBS) 檢測	您要上網訂購 DBS 檢測套件，自己在家進行。您只需把幾滴血滴在檢測卡上，讓它自然乾燥，然後將其郵寄回實驗室進行檢測。 結果會在約一週後通過電話、短信或電子郵件通知您。	若結果為陰性，表示您現在沒有丙型肝炎。	若 DBS 檢測顯示您的血液中有丙型肝炎，您需要進行血液檢測以確認現在是否受感染了。 護士會打電話給你，並告訴你去哪裡進行丙型肝炎血液檢測。

丙型肝炎檢測的種類

檢測	我在何處可以做丙型肝炎檢測?	檢測的費用多少?
丙型肝炎抗體 檢測	醫生或全科醫生 (GP) 性健康診所 計劃生育診所	若您有 Medicare 卡， 檢測不收費。 若您的醫生不全額報銷 賬單 (bulk bill)，您可 能要支付差額費。
丙型肝炎 PCR 檢測 (聚合酶鏈 反應)	醫生或全科醫生 (GP) 性健康診所 計劃生育診所	若您有 Medicare 卡， 檢測不收費。 若您的醫生不全額報銷 賬單 (bulk bill)，您可 能要支付差額費。
幹血點 (DBS) 檢測	您可以在以下網址免費 訂購 DBS 檢測套件： www.health.nsw.gov.au/dbstest 。 當您的檢測結果出來 後，性健康資訊網 站 (Sexual Health Infolink) 的護士會聯 絡您，告知您的檢測結 果。若您的檢測結果呈 陽性，護士會告訴您可 以在何處做血液檢測以 確認結果。	免費



丙型肝炎的治療



被診斷患上丙型肝炎後然後怎樣？

您應該立即開始丙型肝炎治療。治療可以清除您身體內的病毒，並改善您的肝臟健康。目前的治療能治癒丙型肝炎病毒感染，請遵循醫療服務提供者的指示。



丙型肝炎有什麼治療方法？

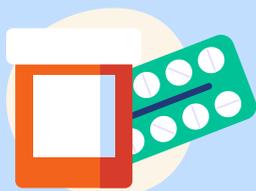
治療丙型肝炎的藥物叫做直接抗病毒藥（DAAs），是簡單且安全的藥丸。

治療期為8至12週，在您完成服用藥物後，病毒會從您的體內清除。

這些藥物副作用少或沒有副作用，能減低肝臟受損害的風險，並降低肝癌的機會。

大約 95% 的人會通過治療康復！

您的醫生會告訴您哪種藥物最適合您。



丙型肝炎可以用安全有效的藥物治癒。

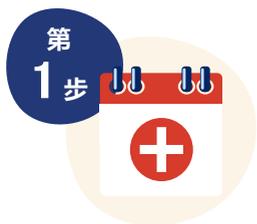


丙型肝炎治療可以降低您罹患肝損傷和肝癌的風險。



丙型肝炎治療可治癒95%的丙型肝炎患者。

丙型肝炎治療的旅程....



第1步
預約醫生，您可能需要做血液檢測



第2步
與醫生討論您的檢測結果



第3步
醫生會決定最佳治療方法並處方開藥



第4步
把處方交給藥房



第5步
開始服藥，按照醫生指示服藥

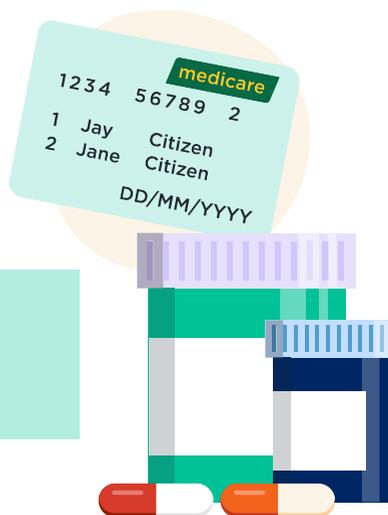


第6步
治療結束後3個月，回醫生處做PCR檢測，確認丙型肝炎病毒是否已清除。

藥物費用多少？

若您有Medicare卡，丙型肝炎藥物費用會是低廉。即是澳洲政府補助大部份費用，您只需支付少量費用。若您沒有Medicare卡，請與您的醫生討論。他們可能可以幫助您以較低的價格取得丙型肝炎治療。

如需更多有關如何獲得藥物的資訊，請聯繫 **國家肝炎熱線 (National Hepatitis Info Line)**，電話：1800 437 222 或新南威爾士肝炎熱線 (Hepatitis NSW Infoline)，電話：1800 803 990。



若我痊癒了，我會再次感染丙型肝炎嗎？

會，即使您接受過治療，仍然可能再次感染丙型肝炎。治療能通過清除體內的病毒來治癒丙型肝炎，但並不保護您免受再次感染。保護自己避免再次感染非常重要。

謹記：您的丙型肝炎抗體檢測結果可能會一直呈陽性，因此要檢查自己是否再次感染，您需要做PCR檢測。



預防丙型肝炎



我該如何保護自己避免感染丙型肝炎？

目前沒有疫苗可以保護您免於感染丙型肝炎。

預防感染丙型肝炎的最佳方法包括：



不要共用如牙刷或鬚刨等個人物品



只有在有執照、經過培訓的專業人員處獲得紋身或刺穿皮膚的服務



只接受註冊專業人員提供的醫療或牙科治療



在海外接受醫療或牙科治療、針灸、紋身和刺穿皮膚服務時要小心



性交時使用避孕套和潤滑劑



清理血液或其他體液時戴上手套



只使用自己的或新的針頭和注射器注射毒品或類固醇

永遠不要共用任何注射設備

我有丙型肝炎：我可以做什麼避免傳染給他人？

在家中：



不要共用鬚刨、牙刷或指甲鉗



使用乳膠手套、肥皂、溫水和漂白水小心清理任何血液



把有血跡的物品如傷口膠貼、衛生棉條和衛生巾放入膠袋中再丟進垃圾桶內



性交時必須使用避孕套。

我有丙型肝炎：我可以做什麼避免傳染給他人？



若您注射毒品：

- 絕不要共用針頭、注射器或其他注射設備
- 始終小心棄置您的注射設備，確保沒有人能再使用。

海外旅遊時：

- 保持「血液警覺」 - 對任何可能接觸血液的情況保持警覺
- 應避免紋身和未經消毒的注射
- 在某些國家，應避免接受牙科和醫療程序。



健康生活



健康生活

大多數人在接受丙型肝炎治療時不會有太大問題。他們能繼續工作和家庭生活。然而，治療類型和您可能的其他健康問題，有時可能會使情況變得困難。

若您患有丙型肝炎，保持肝臟健康很重要，以下方法會有幫助：

健康飲食，如多吃水果和蔬菜。少吃高脂肪、高鹽和高糖食物。



保持活躍。
將運動納入每週例行活動



在服用藥物，包括草藥之前，先與您的醫生查清楚，有些藥物對肝臟可能有害。



在情感、精神和身體上照顧自己。
不要害怕尋求幫助。若您想與心理健康專業人士交談，您的醫生可以幫助您找到專業人士。



不要吸煙。若您患有肝臟疾病，吸煙會加重病情。它會增加肝纖維化和肝癌的風險。



減少或不飲酒。酒精會隨著時間損害肝臟，並增加患肝病和肝癌的風險。



您的權利與丙型肝炎



您的權利與丙型肝炎

在澳洲，若您有丙型肝炎法律會保護您免受歧視。患有丙型肝炎並不表示其他人可以以不同的方式對待您。

您有權：

接受照顧和治療，即使您沒有 Medicare 卡



若英語不是您的母語，
可以使用傳譯服務

若您感覺受到不公平對待或
不滿所得的照顧，可以表達
您的擔憂



我應該告訴什麼人我有丙型肝炎？

您的家人和朋友

告訴家人和朋友由您選擇。您可以選擇不告訴任何人有關您的丙型肝炎狀況，這是您的權利。然而，告訴那些可能已暴露於風險中的人很重要，使他們可以進行檢測。

您的醫生可以幫助您與他們聯繫。您的身份將會受保密。



我應該告訴什麼人我有丙型肝炎？

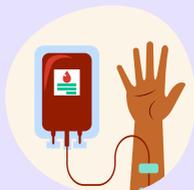
醫護人員

雖然您不必告訴醫護人員，但這對您有幫助，因為他們可以：

- 了解您的病歷
- 監測您的肝臟
- 找到合適的藥物
- 轉介您接受精神健康輔導
- 確保您的藥物不會與丙型肝炎藥物互相產生影響。



在以下情況時，您必須告知醫護人員：



捐血，即使您已經治癒了病毒



捐贈器官或精子



申請醫療或人壽保險



在澳洲國防軍中工作
(海軍、陸軍、空軍)



申請簽證移居澳洲

資訊與服務



獲取丙型肝炎資訊

- ❖ **多元文化HIV和丙型肝炎服務 (MHAHS)**
有關丙型肝炎的其他語言資訊: www.mhahs.org.au
- ❖ **新南威爾士肝炎**
有關丙型肝炎的資源和資訊: www.hepc.org.au
- ❖ **澳洲肝炎**
www.hepatitisaustralia.com
- ❖ **新南威爾士健康**
www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/hepatitis_c.aspx

從醫療專業人士取得幫助

- ❖ **肝炎熱線**
在悉尼致電 (02) 9332-1599 / 在新南威爾士其他地區致電 1800 803 990
<https://www.hep.org.au/about-us/contact-us>
- ❖ **Helplink Australia** —— 致電 1800 437 222 (1800 HEP ABC)
www.HepLink.au
- ❖ **新南威爾士性健康資訊網站**
丙型肝炎檢測——週一至週五致電 1800 451 624
www.shil.nsw.gov.au
- ❖ **新南威爾士服務目錄:** 查找丙型肝炎醫生或專家
www.hep.org.au/resources/nsw-directory-hep-clinics-doctors-specialists
- ❖ **針頭和注射器計劃 (NSPs) :**
有關資訊和查找新南威爾士州內最近您的 NSP 地點:
www.health.nsw.gov.au/hepatitis/Pages/nsp-outlets.aspx

若您希望以您的語言交談，可以使用這個免費傳譯服務：



致電: 13 14 50
或瀏覽 www.tisnational.gov.au。

當傳譯員在電話線上時，請要求他們致電給您想要交談的服務機構。

在交談時，您可能會聽到有關 丙型肝炎的術語



在交談時，您可能會聽到有關丙型肝炎的術語

腹部	身體的一部份，包含胃、肝臟、腸道和生殖器。
急性	快速發生或持續短時間的病症。流感和尿道感染是急性病的例子。某些人若患上非常嚴重的急性疾病，可能會死亡。
抗體	您的免疫系統製造的物質，用來對抗外來物質如病毒。身體能記住某些抗體，這有助保護我們免受感染。
無症狀	生病但沒有感到生病，或外觀上不像生病的人。若很多人生病但沒有感到生病，他們可以傳播疾病。
血源性	指疾病或感染通過血液由一個人傳播至另一人，如乙型肝炎和丙型肝炎。這些感染也可以通過共用針頭、輸血、接觸到帶有感染血液的傷口等途徑傳播。
血液接觸	當兩個人的血液混合時，便是血液接觸。這可以傳播血源性疾病，如乙和丙型肝炎、HIV 等。
輸血	一種醫療程序，將血液通過小管在手臂輸入到人體內。
全額報銷賬單	若醫生全額報銷賬單，則您的診金由 Medicare 全額支付，您不需要支付費用。若醫生不全額報銷賬單，則您需要支付部份或全部診金。
慢性	持續很長時間（通常是數月或數年）的疾病或症狀，通常不會完全消失。
肝硬化	由於受傷或長期疾病導致肝臟結疤。疤痕組織無法執行肝臟組織的功能，因此肝臟不能完全發揮所需要的功能。
避孕套	一種薄的橡膠（乳膠）套，套在男性勃起的陰莖上，以防止懷孕並減低傳播性病（STI）或病毒的機會。
保密	指保持個人資料私密，未經許可不得共用。醫療保密是指醫生或護士必須根據法律保護您告知他們的任何資料，這些資料在您和醫護人員和他們工作的醫療機構之間保密。

在交談時，您可能會聽到有關丙型肝炎的術語

同意	是指「同意」某件事情，另一個同義詞是「許可」。當一個人在沒有被任何人強迫的情況下同意做某件事時，他們就是在同意。例如，當病人在聽了涉及什麼的解釋後，同意進行醫療程序、治療或檢測。
DAAs	即是直接抗病毒藥，是一種口服藥物，醫治病毒。
診斷	醫生經過檢查、檢測和與病人交談後得出的結論。
腹瀉	一天內排出三次或更多次稀便、流便或水樣便。
纖維化	身體組織變厚並結疤的情況。
肝纖維化掃描 (Fibroscan)	一種無痛檢測，類似超聲波，用來檢查肝臟的健康狀況，測量肝臟的疤痕和僵硬程度。
發炎	當身體發炎時，您可能會看到皮膚變色或腫脹。當身體試圖癒合或對抗細菌和病毒時，發炎就會發生。
黃疸	黃疸是眼白和皮膚變黃，這通常是由於肝臟功能不好。
感染	是由病菌引起的疾病。感染的成因可以是細菌、病毒、真菌和寄生蟲。
肝臟	人體內最大的器官，位於腹部右上方，負責幫助消化食物、儲存能量並將毒素排出體外（如藥物和酒精）。
肝癌	肝臟內部異常細胞不受控制地增長，形成有害的腫瘤。
食慾不振	不感到餓，或沒有食慾或幾乎不想吃東西。

在交談時，您可能會聽到有關丙型肝炎的術語

藥物	用來治療疾病或其他健康狀況的藥物。
噁心	指胃部不適或有嘔吐的感覺。
PCR	即是聚合酶鏈反應，是一種檢查血液樣本中基因物質的檢測，查看病毒或細菌是否存在。
RNA	即是核糖核酸。HCV 或丙型肝炎 RNA 檢測是一種檢查丙型肝炎病毒是否存在的檢測，並幫助確定病毒在體內的數量。
副作用	對藥物或治療的負面反應。
類固醇	一種藥物，用來停止腫脹和疼痛，幫助身體的自然防衛對抗疾病（您的免疫系統）。
症狀	疾病或不適的表現。它是您身體中發生的不同變化，可能意味著您患病。症狀幫助醫生和護士確定疾病是什麼。
毒素	有害或有毒物質。
傳播	疾病從一個人傳播到另一個人的過程。
治療	為保持健康或改善疾病所做的事。它可以是服用藥物、進行其他治療方法治療或治癒疾病，或改變生活方式。
未經消毒	指東西不潔淨，或不是沒有病菌、細菌或病毒。
尿液	當您上廁所時排出的液體，類似的詞語有小便、尿。

