



B 型肝炎之預防及注意事項

一、發現自己是B型肝炎或帶原者要注意那些事項

- (一)儘快請醫師診斷，以確立治療原則。
- (二)勿擅自亂服藥物，以避免增加肝臟的負擔。
- (三)注意飲食營養，除了酒以外沒有特別的食物禁忌。
- (四)除部份活動性肝炎和喪失肝功能代謝作用的人以外，可以正常工作、上學、上班，但避免過勞及熬夜。
- (五)遵照醫師的吩咐，並接受指導與治療。

二、怎樣預防感染B型肝炎

(一)接受B型肝炎預防注射

- 1.媽媽們應在懷孕8個月作B型肝炎檢驗。
- 2.新生兒應於出生3~5天、滿一個月及滿六個月分別注射一劑B型肝炎疫苗(若母親為高傳染性時，新生兒於出生24小時內應先注射一劑B型肝炎免疫球蛋白。)
- 3.民眾需先做B型肝炎血清檢查，未感染者，才需注射疫苗。

(二)不用別人的牙刷、刮鬍刀，也不與別人共用消毒不全的針來針灸、紋眉紋身或穿耳洞。

(三)避免不必要的打針和輸血。

三、B型肝炎的治療

- (一)請醫師進一步鑑定，確定是肝功能正常的帶原者或肝炎病人。
- (二)不迷信偏方，亂服藥物。
- (三)不輸血給他人。
- (四)避免過度操勞，養成規律起居。
- (五)避免於菸、酒、少吃發酵食物。