

## 認識 C 型肝炎與保健須知

### 一、肝癌與 C 型肝炎的關係？

肝癌死亡率近 10 年來一直位居台灣癌症死因第 1 位或第 2 位。根據死因統計，每年約有 8 千人死於肝癌。造成國人肝癌的最大禍首是 **B 型肝炎**，其次就是 **C 型肝炎**，根據統計，我國肝癌的病患中約有 1 成左右的人為慢性 C 型肝炎感染者，而在南台灣的比例則可高至 3 到 5 成以上。



### 二、何謂 C 型肝炎帶原者？

1. 感染 C 型肝炎病毒的人絕大部分會成為慢性 C 型肝炎感染者，抽血檢驗是否有 C 型肝炎抗體（Anti-HCV）的存在。
2. 根據調查，台灣約有 2%~4% 的成人是慢性 C 型肝炎感染者，不過 C 型肝炎盛行率有地區上的差異，雲林、嘉義、台南地區之部分鄉鎮，老年人 C 型肝炎感染率可高達 60%~90%。

### 三、為何會感染 C 型肝炎病毒？

1. 主要因為接觸到感染者的血液而感染，如輸血、打針、刺青或穿耳洞的器械消毒不完全、共用牙刷或刮鬍刀，或毒癮者共用針具及稀釋液等。
2. 和 B 型肝炎病毒不一樣的是，C 型肝炎病毒透過性行為及母子垂直感染的比率相當低，而且目前還沒有疫苗可以預防。

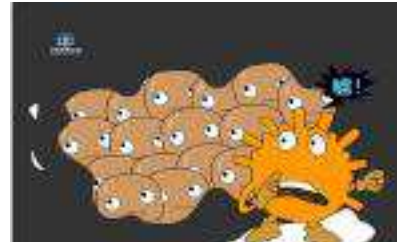


### 四、慢性 C 型肝炎帶原對肝臟有什麼影響？

1. 慢性 C 型肝炎感染者在經過 20 至 30 年後，約有 20 至 30% 的人會演變成肝硬化，約有 5% 的人會併發肝癌。
2. 慢性 C 型肝炎一旦進入肝硬化的階段，其衍生肝癌的機率會增高，因此治療或是定期追蹤檢查是相當重要的。

## 五、發現自己是 C 型肝炎帶原者應該怎麼辦？

應找專科醫師檢查，以確認自己肝臟的狀況。



### 1. 定期追蹤

由於每個人的個別情況不同，其追蹤時間應由醫師決定。建議每 3 至 6 個月抽血檢查肝功能及甲型胎兒蛋白，並依醫囑接受超音波檢查，以早期發現肝硬化的異常變化。

### 2. 藥物治療

- (1) 如果肝功能持續不正常，應考慮接受治療。**C 型肝炎的治療效果非常好，以干擾素為主的抗病毒藥物組合治療 24 週至 48 週，可被清除的人可達 70% 以上。**
- (2) 目前全民健康保險已經有條件給付該治療，因此建議可以進一步請教專科醫師決定是否接受治療。

### 3. 正常生活作息、均衡飲食及遠離菸酒

慢性 C 型肝炎感染者在生活飲食上並沒有特別的限製，只要生活作息正常及均衡飲食即可。另外，提醒感染者應注意的事項：

- (1) 避免吸菸、嚼食檳榔及過量飲酒；如有吸菸者請戒菸。
- (2) 避免食用含人工添加、醃漬、或有可能被黃麴毒素污染的食物（如花生製品、豆瓣醬、豆腐乳等發酵食品）。
- (3) 避免服用成分不明的藥物或偏方，以免增加肝臟負擔。

