

乙型肝炎與社區健康

作為社區健康工作者，你在指導和提供健康信息方面具有獨特的地位。你可以通過告知人們乙型肝炎的風險和預防策略來保護你的社區。為幫助社區成員掌握他們的健康而感到自豪吧！

以下是可以與社區成員分享的有關乙型肝炎的信息：

什麼是乙型肝炎？

乙型肝炎是一種常見病毒，影響全球3億人，可以是急性的（持續少於6個月）或慢性的（持續一生）。大多數人是在嬰兒或兒童時期感染的。

慢性乙型肝炎的影響是什麼？

慢性乙型肝炎會對肝臟產生負面影響，隨著時間的推移會導致肝病和癌症。通常，症狀需要數年才會出現，因此即使沒有症狀也需要進行檢測。

有治癒乙型肝炎的方法嗎？

目前沒有治癒方法，聲稱治癒的草藥療法是虛假的。然而，乙型肝炎是可以控制的，感染病毒的人可以長壽並健康地生活。還有一種安全有效的乙型肝炎疫苗可用。

乙型肝炎如何傳播？

乙型肝炎有幾種傳播方式：直接血液接觸、分娩時母嬰傳播、共用家庭衛生用品（剃刀、牙刷等）、共用針頭、醫療暴露、無保護性行為、紋身、穿刺、理髮和割禮。

乙型肝炎能通過隨意接觸傳播嗎？

乙型肝炎不會通過以下途徑傳播：共享食物、共享水（杯子或廁所）、咳嗽或打噴嚏、母乳餵養、握手或擁抱和親吻。

社區成員如何保護自己免受乙型肝炎的侵害？

社區成員應進行乙型肝炎檢測，並在感染病毒後遵循管理指南。對於沒有感染乙型肝炎的人，接種疫苗、實踐安全性行為、千萬不要在沒有手套的情況下接觸血液以及不共用家庭衛生用品或針頭是減少乙型肝炎風險的良好做法。

由於乙型肝炎存在污名，傳播準確的信息至關重要。你有能力對抗污名並拯救生命！