

↑



「肝」淨的彩色人生
認識B型肝炎帶原與肝炎防治

國華國中 護理師

↑

動動腦~~

- 造成【黑心肝】的原因



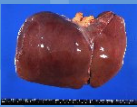
2

有一句廣告台詞這麼說……

- 肝若壞，人生是黑白的；



- 肝若好，人生是彩色的。



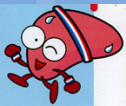
~五萬~



3

♪ **愛肝口服液** ♪

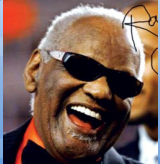
愛肝、愛肝一罐20元
保護肝臟消除疲勞
增強體力精神好
你知我知他也知
消除疲勞用愛肝
增強體力用愛肝
愛肝口服液




4

經驗分享
—死於肝病的名人—





烹飪專家傅培梅 國父孫中山 美爵士歌手雷鬼



5

經驗分享
—死於肝病的名人—






喜劇泰斗許不了 搖滾歌手薛岳 ICRT的DJ大衛王 歌手羅文



6

經驗分享 —抗肝病中的名人



施明德

演員石英

立委高金素梅

立委蘇紀



7

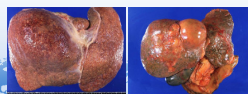
經驗分享 —親友罹患肝病的經驗

- 請同學踴躍發言
- 教師親友罹患肝病之經驗



8

台灣人的國病 —肝病三部曲



- 肝炎→肝硬化→肝癌（20-30年的慢性變化）
- 國人十大死因第七位慢性肝炎及肝硬化（5351人/民國93年）
- 國人十大死因首位惡性腫瘤—肝癌為第二位（6911人/民國93年）
- 每年約有一萬多人死於肝病（12,262人/民國93年）



9

台灣第一 —B型肝炎帶原盛行率

- 台灣地區B型肝炎帶原率約15-20%，居世界第一位；40歲以上成人的B型肝炎帶原者盛行率為85-90%
- 15% B型肝炎帶原者→慢性肝炎、肝硬化→肝癌
- 80%肝硬化和肝細胞癌與B型肝炎有關
- 台灣現約有300萬B型肝炎帶原者和30萬C型肝炎帶原者。



10

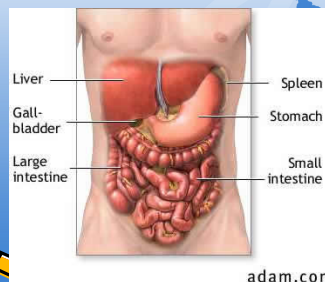
為什麼台灣人容易得肝病？

- B型肝炎帶原率世界第一
- 好吃補藥及成藥
- 溼度大，食物儲存環境和觀念不佳



11

阿肝正傳 —肝臟的生理位置



- 位於腹部右上側，是人體最大的器官，又稱為「人體的化學工廠」



adam.com

12

阿肝的日常⼯作

—肝臟的功能

- 分泌膽汁（消化脂肪、糞便顏色）
- 儲存礦物質（銅、鐵等）及維生素（A、D、B12）
- 維持血糖的恒定（血糖 ⇄ 肝醣 ⇄ 脂肪）
- 蛋白質同化作用（合成人體所需蛋白質）
- 製造凝血因子（凝血酶元、纖維蛋白原）
- 排出有毒廢物（酒精、藥物、膽紅素、尿素等廢物）



13

有苦說不出

—肝病症狀

- 噁心、嘔吐
- 食慾不振
- 疲倦
- 黃疸、茶色尿
- 灰白便
- 腹水



14

但是，你可能不知道……

- 肝臟是人體唯一有再生能力的器官，就算僅剩五分之一仍能維持身體功能，所以肝炎、肝硬化和肝癌初期可能症狀並不明顯。
- 肝臟沒有痛覺神經，通常要破壞七、八成以上無法運作才會被察覺，此時腫瘤可能已長至10多公分，已錯失黃金治療時機了



15

小心肝

—肝病的危險因子

- 家族病史
（肝炎帶原者、慢性肝炎、脂肪肝、肝硬化、肝癌）
- 壓力過大、熬夜
- 抽菸、酗酒
- 攝取黃麴毒素污染的食物
（花生、玉米、米等儲存不當的五穀類）



16

阿肝的宿敵 —常見的肝炎種類

- 中毒性肝炎—藥物、酒精、化學物及新陳代謝障礙引起
- 病毒性肝炎—A、B、C、D、E五種肝炎病毒



17

阿肝的宿敵 — 該打5兄弟

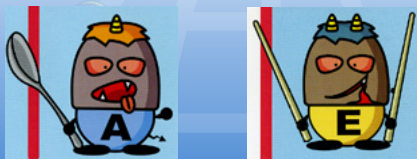


- 糞口傳染—A、E型肝炎病毒
- 體液、血液傳染—B、C、D型肝炎病毒



18

不潔飲食的健康威脅 —A、E型肝炎的偷襲計畫



19

不潔飲食的健康威脅 —A、E型肝炎的偷襲計畫

- 絕大部分A型肝炎都可痊癒，只有極少部分的急性A型肝炎會轉變成猛爆性肝炎，死亡率極高。

國內—

- 新埔工專的住宿生飲水機遭污染事件
- 台灣走私大陸或東南亞國家農漁產品
- 台灣少數地區仍使用排泄物灌溉農作物

國外—

- 美國進口墨西哥草莓爆發群聚感染



20

血液接觸的潛在危機 —B、C、D型肝炎的人體攻略



21

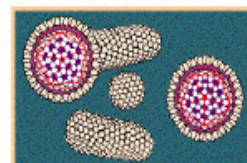
病毒大頭照

大家呀..我是B型肝炎病毒

再靠近一點啦!



B型肝炎病毒



22

血液接觸的潛在危機 —B、C、D型肝炎的人體攻略

- 台灣有300多萬B肝帶原者和30多萬C肝帶原者，是慢性肝炎、肝硬化和肝癌的高危險群

垂直感染（母子感染）—血液或乳汁

- 帶原的母親在生產前後傳給新生兒

水平感染—血液或體液，透過有傷口的皮膚或黏膜

- 輸血、打針、針灸、穿耳洞、刺青、共用牙刷、共用刮鬍刀、嫖妓、共用針頭注射毒品



23

病毒標記



- 表面抗原[HBsAg]：呈陽性，表示體內有B型肝炎抗原存在=B型肝炎帶原者。持續存在超過六個月以上辯稱為慢性帶原者。
- 表面抗體[anti-HBs]：呈陽性，表示體內有B型肝炎抗體存在，對B型肝炎病毒具有免疫力，不怕傳染。
- e抗原[HBeAg]：呈陽性，表示B型肝炎病毒活性強，血液中仍有許多B型肝炎病毒。



24

病毒標記

- 核心抗體[anti-HBc]：呈陽性，表示曾經感染過B型肝炎，現在可能仍受感染亦可能受痊癒，要區分感染或痊癒要看HBsAg及anti-HBs。
- e抗體[anti-HBe]：呈陽性，表示病毒活性降低，此時肝發炎情形已較不明顯，傳染性也降低。



25

B型肝炎帶原

- 什麼是B型肝炎帶原者？

有B型肝炎表面抗原陽性反應的人，可以通稱為「B型肝炎帶原者」。但是帶原者不等於肝炎患者，若肝功能檢查正常，肝組織也正常，就叫做「健康的帶原者」。不過，無論健康與否，帶原者都具有傳染力，會傳染別人。如果持續帶原六個月以上，就叫「慢性帶原者」。



26

發現自己是B型肝炎帶原者，應該怎麼辦？

初次發現，就應該請醫生鑑定是健康的帶原者，還是肝病患者：



27

發現自己是B型肝炎帶原者，應該怎麼辦？

- 如果是健康的帶原者，六個月後必須再複查一次，以確定表面抗原是否消失或證實為慢性帶原者。



28

發現自己是B型肝炎帶原者，應該怎麼辦？

- 慢性長久帶原：
如果屬「健康帶原者」，則對身體並無影響。
- 肝病→肝癌之高危險群之一，所以仍應定期追蹤做生化學、腹部超音波及甲種胎兒蛋白的檢查，才能早期發現，及時治療。（6個月一次）



29

心肝寶貝

—預防AE型肝炎病毒的方法

- 飯前便後勤洗手
- 飲食煮熟別生食
- 飲水煮沸最安心
- 餐具碗筷勿共用
- 冰品清潔才放心
- A 肝疫苗可接種



30

心肝寶貝 —預防BCD型肝炎病毒的方法

- 輸血打針要留意
- 刺青耳洞別跟進
- 牙刷剃刀勿共用
- B 肝疫苗要接種



31

四「不」一「新鮮」 —正確保肝之道

- 不要熬夜。
- 不要過度勞累。
- 不要大量飲酒。
- 不要服用不明成分的藥物及偏方。
- 儘量食用新鮮的食物。
(隔夜的剩菜、久置冰箱的食物，以及醃製加工的食物，也盡量不要食用)



32

「針」惜肝 —接種疫苗對象和時機

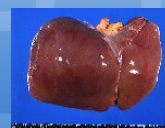
- A肝疫苗—三餐外食、學齡兒童或至衛生環境較落後國家旅遊
- B肝疫苗—新生兒、血液疾患和醫護人員
- 新生兒—出生滿3-5天、出生滿一個月、出生滿六個月（民國76年以後出生的新生兒已全面施打）
- 其他—0、1、6個月



33

台灣第一 —全面施打B肝疫苗

- 民國76年以後台灣出生的新生兒已全面施打B肝疫苗，美國已考慮跟進
- 民國73至84年間，0-12歲兒童B肝帶原率已降至5%以下



34

「肝」淨大作戰 —分組搶答

Q：台灣人的國病？



35

A：WHO估計，大概80%的原發性肝臟細胞癌(PHC)病例是由慢性B型肝炎感染造成，PHC通常可致命，而且是世界三大癌症死亡率致病因之一。



36

「肝」淨大作戰
一分組搶答

Q：什麼是肝病三部曲？

37

A：肝炎→肝硬化→肝癌（20-30
年的慢性變化）

38

「肝」淨大作戰
一分組搶答

Q：A、E肝炎的傳染途徑？

39

- 飯前便後勤洗手
- 飲食煮熟別生食
- 飲水煮沸最安心
- 餐具碗筷勿共用
- 冰品清潔才放心
- A 肝疫苗可接種

飯前便後
要洗手

食物飲水
要煮熟

餐具碗筷
勿共用

40

「肝」淨大作戰
一分組搶答

Q：B、C、D肝炎的傳染途
徑？

41

- 輸血打針要留意
- 刺青耳洞別跟進
- 牙刷剃刀勿共用
- B 肝疫苗要接種

牙刷針頭
不共用

刺青耳洞
別跟進

42

「肝」淨大作戰
一分組搶答

Q：正確的保肝之道？



43

四「不」一「新鮮」
—正確保肝之道

- 不要熬夜。
 - 不要過度勞累。
 - 不要大量飲酒。
 - 不要服用不明成分的藥物及偏方。
 - 儘量食用新鮮的食物。
- (隔夜的剩菜、久置冰箱的食物，以及醃製加工的食物，也盡量不要食用)



44



謝謝各位同學的參與，
記得努力用功之餘，也
要注意睡眠的充足喔！



45