




C 型肝炎 與您的肝臟 接受檢測，獲得治癒！



NYC
Health



即使您感覺健康，
C 型肝炎仍可能
正在損傷您的肝臟。

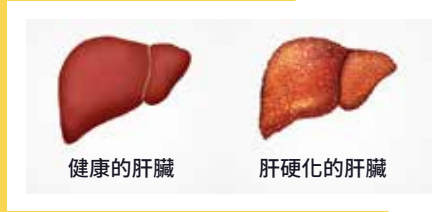
您的肝臟以多種方式保持您的健康。它能清除血液中的毒素，並幫助將食物轉化為能量。

肝炎意味著肝臟發炎。肝炎有不同的類型。**C 型肝炎** (Hep C) 是由一種可感染肝臟的病毒引起的，這種病毒通過血液傳播。

C 型肝炎可導致嚴重的健康問題：

- 肝損傷
- 肝硬化
- 肝功能衰竭
- 肝癌

C 型肝炎甚至會導致死亡。



症狀

許多 C 型肝炎患者**沒有**任何症狀，也不知道自己已經感染。症狀可以在長達 30 年之後才出現，而當症狀出現時，通常是肝病晚期的徵兆。

C 型肝炎的症狀和體徵包括：

- 發燒
- 疲乏
- 食慾減少
- 噁心
- 嘔吐
- 腹痛
- 尿液色深
- 大便色灰
- 關節痛
- 黃疸

如果您患有 C 型肝炎，您絕非個別病例。

在美國有近 **400 萬** 人患有 C 型肝炎。

紐約市的居民中有近 **15 萬** 人患有 C 型肝炎。

瞭解更多關於 C 型肝炎的資訊，
並為您的健康做出最佳決策：
請造訪 nyc.gov/health/hepC

C 型肝炎的階段

急性 C 型肝炎是指感染後的最初六個月。

- 有些感染者會在六個月內自行清除 C 型肝炎。
- 大多數人在急性階段沒有 C 型肝炎症狀。

慢性 C 型肝炎指的是長期感染。

- 大多數感染 C 型肝炎的人會發展成慢性感染。
- 慢性 C 型肝炎可導致肝臟發炎和疤痕，從而導致中度肝損傷（纖維化）和重度肝損傷（肝硬化）。
- 肝硬化患者發生肝功能衰竭、肝癌甚至死亡的風險很高。
- 肝損傷往往發展緩慢，可歷時 20 到 30 年。



C 型肝炎和肝臟健康檢測

您的健康照護提供者可能會進行部分下列檢測，以確認您是否患有 C 型肝炎，或瞭解 C 型肝炎對您健康的影響：

血液檢測

- **C 型肝炎抗體檢測：**顯示您是否曾經感染過 C 型肝炎病毒。如果這項檢測呈陽性，您需要進行另一項檢測（C 型肝炎 RNA 檢測），以確定您目前是否身患 C 型肝炎。

- **C 型肝炎 RNA (病毒載量) 檢測**：顯示您的血液中目前有多少 C 型肝炎病毒 (病毒載量)。如果這項檢測呈陽性，說明您目前已經感染了 C 型肝炎。

如果您接受 C 型肝炎治療，還會在治療期間和治療過後接受 C 型肝炎 RNA 檢測，以確定治療是否有效。如果治療成功，病毒載量會降至零 (檢測不到)，並保持在這個水準。如果治療結束 12 週之後仍檢測不到病毒載量，您就獲得了持續性病毒反應 (Sustained Virologic Response, SVR)，這表示您已經治癒。您需要這項最後的 SVR 血液檢測結果，來確認您已經治癒。

- **C 型肝炎基因型檢測**：顯示您感染的是哪種 C 型肝炎病毒。瞭解基因型有助於您的健康照護提供者為您選擇最佳治療方法。
- **肝功能檢測 (Liver Function Test, LFT)**：測量您的肝臟功能如何。檢出指標高可能表示您的肝臟發炎或受損。
- **肝臟纖維化檢測**：檢查肝損傷 (纖維化) 的程度。

纖維掃描 (FibroScan)

透過呈現肝臟形狀、大小或硬度的影像來顯示肝臟損傷狀況的無創成像檢測。

肝臟活體組織檢測

用針取出一小塊肝組織，在顯微鏡下檢查組織是否有損傷或疾病。

肝癌篩查

建議肝硬化患者每六個月進行一次血液檢查或超聲波檢查。

接受檢測！這是瞭解您
是否患有 C 型肝炎的唯一方法。

如果您患有 C 型肝炎，



向瞭解 C 型肝炎的健康照護提供者尋求治療。

定期找健康照護提供者就醫，以確保您的身體健康。

即使您感覺良好，您的肝臟仍可能有問題。

您的健康照護提供者將幫助您做出最佳決定，以改善您的健康並保護您的肝臟。

治療 C 型肝炎以治癒感染

大多數 C 型肝炎患者可以連續幾個月服用抗病毒藥物而獲得治癒。治癒是指治療結束幾個月後血液中未發現病毒。

由於有了新的 C 型肝炎抗病毒藥物，治療現在已非常簡單、快捷，幾乎可以治癒所有 C 型肝炎患者，包括 HIV 呈陽性的患者以及有現行飲酒或吸毒行爲的患者。

目前的 C 型肝炎治療

通常持續兩到三個月

通常一天只吃一粒藥

副作用輕微

可提供低價或免費治療

治療所有基因型

幾乎所有患者都可以治癒。

C 型肝炎藥物阻止病毒複製，這表示它不僅僅是緩解病情，而是治癒！

沒有 C 型肝炎疫苗或免疫力。

即使您得到了治療並且被治癒，您仍然可能再次患上 C 型肝炎。必須避免血液接觸，以防再次感染。

保護您的健康

如果您患有 C 型肝炎或肝硬化，完全禁酒是對您健康最安全的做法。

酒精會導致肝臟損傷。避免飲酒是保護肝臟的最重要方法之一。請造訪 rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov 瞭解減少飲酒的技巧。

如果在減少酒精攝取方面需要幫助，請與您的健康照護提供者溝通，或者撥打 311。

在服用非處方藥、天然藥物、維生素或補充劑之前，請諮詢您的健康照護提供者。

某些非處方藥，如乙醯胺酚 (Tylenol)、維他命或補充劑（如鐵、草藥或「天然藥物」），可能對肝臟造成危害。告知您所有的健康照護提供者您患有 C 型肝炎，這樣他們就可以幫助您避免服用那些可能傷害您肝臟的藥物。

要做到飲食健康、鍛鍊身體，並保持健康體重。

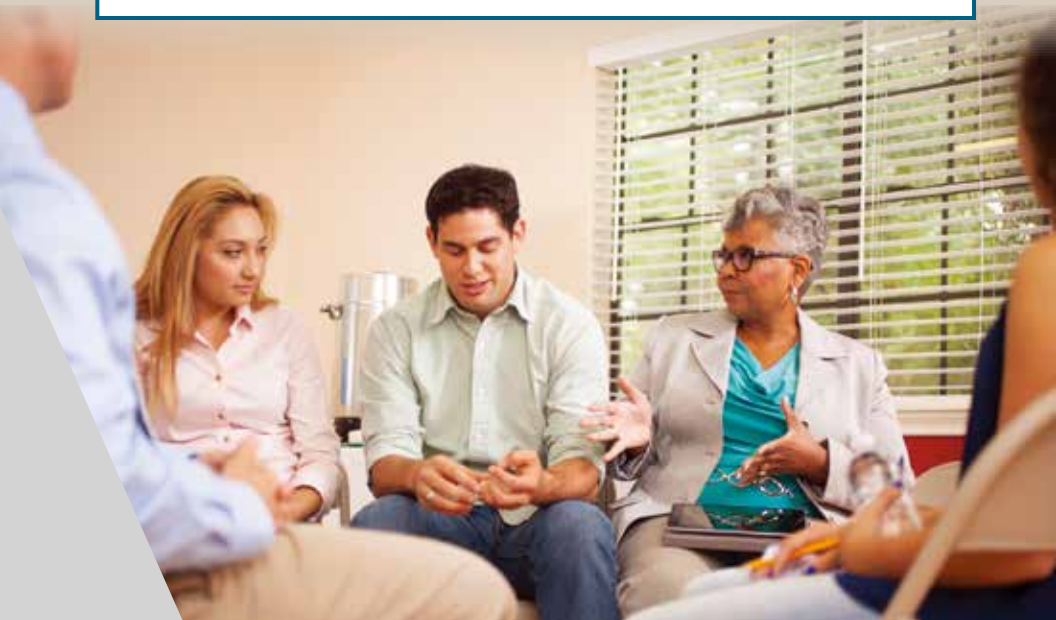
獲取支持。與您的健康照護提供者和您信任的人分享您的感受。

考慮現場加入或線上加入 C 型肝炎支持小組。造訪 [HepFree.nyc](https://www.hepfree.nyc) 以獲取更多資訊。

如果在管控情緒方面需要幫助，請與您的健康照護提供者溝通，或者撥打 **311**。

可向健康照護提供者提出的問題

- 我想接受 C 型肝炎檢查，因為根據第 9 頁的列表，我認為我有風險。您能給我做 C 型肝炎檢查嗎？
- 我的檢測結果表示什麼？
- 我的肝臟受損了嗎？如果是的話，受損程度如何？
- 我應該接種 A 型肝炎、B 型肝炎或流感等其他疾病的疫苗，以保護我的健康嗎？
- 對我來說，最佳的體重、飲食和鍛鍊計畫是什麼？
- 治療我的 C 型肝炎的最佳護理方案是什麼？
- 服用藥物（包括非處方藥）、草藥、維他命和補充劑對我是否安全？
- 我想接受治療，以治癒 C 型肝炎。我需要採取哪些步驟才能治癒？
- 我該怎樣支付 C 型肝炎的治療費用？



保護他人免於感染 C 型肝炎

C 型肝炎病毒可以在體外存活。

- **如果注射毒品，只能使用新的或無菌的毒品使用設備或「工具」**，如針頭、注射器、藥棉、杯子、紮帶、剃鬚刀、刀具、沖洗水、炊具、吸管或煙斗。
- **請勿共用個人護理物品**，如牙刷、剃鬚刀、針頭、指甲銼、指甲鉗、指甲刀或可能接觸過您血液的毛巾。
- **用繃帶包裹傷口和瘡口**，確保其他人不會接觸到您的血液。
- **進行安全的性行為**。如果您有多個性伴侶，或者您有 HIV 或性傳播疾病 (Sexually Transmitted Infection, STI)，請每次使用保險套。
- 用漂白劑溶液（一份漂白劑和九份水）**清理**血跡血漬。
- **如果您懷孕了，請與您的健康照護提供者討論 C 型肝炎問題**。C 型肝炎可在懷孕或分娩期間由母親傳染給嬰兒。



一般的接觸是安全的

您**不會**因為打噴嚏、咳嗽、親吻、擁抱、握手或交談，或者透過共用餐具、飲水杯、食物或飲用水而傳播 C 型肝炎。如果您患有 C 型肝炎，也不應被排除在工作、學校、遊戲或托兒設施之外。

資訊和資源

紐約市衛生局

致電 311 或造訪 nyc.gov/health/hepC

NYC 公立醫院的低價 C 型肝炎健康照護

nyc.gov/hhc

查找健康保險

access.nyc.gov

疾病控制與預防中心

cdc.gov/hepatitis

美國肝臟基金會

C 型肝炎協助專線、健康照護提供者查尋器和線上支持小組：800-465-4837 或 liverfoundation.org

減少危害的資源

harmreduction.org

NYC C 型肝炎特別工作組

HepFree.nyc

C 型肝炎風險評估

- 您是否在 1945 年至 1965 年間出生？
- 您是否曾經注射過毒品、激素、類固醇、矽酮或化妝品——即使是在很久以前？
- 1992 年前您是否進行過輸血或器官移植？
- 您是 HIV 陽性嗎？
- 您是否出生在埃及、巴基斯坦、俄羅斯或前蘇維埃共和國？
- 您是否曾經吸入（吸食）過毒品？
- 您出生時您母親是否患有 C 型肝炎？
- 您有沒有從任何有照專業人員以外的人員那裡獲得過刺青或穿孔？
- 您是否有過肝臟檢查結果異常或被告知患有肝病？
- 您是否曾經長期接受透析？
- 您是否在工作中接觸過血液或被針扎過？
- 您是否曾經被監禁過？
- 您是否是與男性發生性行為的男性？
- 您是否與多個伴侶發生性關係？

如果您對這些問題中的任何一個回答為「是」，您就有患 C 型肝炎的風險。請與您的健康照護提供者聯繫，造訪 nyc.gov/health/hepC 或發送電子郵件至 hep@health.nyc.gov 以獲取有關檢測的更多資訊。

接受檢測，獲得治癒！

接受檢測，獲得治癒！