



C 型肝炎護理指導

1999.06 制定
2023.24 修訂

C 型肝炎是一種由病毒引起的傳染性疾病。目前無疫苗注射，應採取預防措施以避免感染。急性 C 型肝炎感染後，約有 15%~45% 的病人會自發性地清除體內病毒而痊癒，但有 55%~85% 的病人會轉為慢性 C 型肝炎。慢性 C 型肝炎病毒感染會造成肝臟細胞受損，長期肝臟發炎，造成肝臟纖維化，最終導致肝硬化、肝癌。

一、傳染途徑：主要經由血液或體液傳染，傳染途徑如下：

- (一) 針扎、藥物成癮共用針具。
- (二) 接受輸血、洗腎或器官移植的病人。
- (三) 刺青、紋眉、不潔的針灸、醫療器械消毒不全。
- (四) 經由母子垂直感染的情況非常少。
- (五) 共用已感染 C 型肝炎者的刮鬍刀、牙刷、指甲剪。
- (六) 不安全性行為。

二、症狀：

急性 C 型肝炎約有一半在臨床上沒有症狀，潛伏期至肝功能異常為 6~8 週，20% 有黃疸現象，極少有猛暴性肝炎之病例，但有超過 80% 病患肝功能持續異常半年以上進入慢性肝炎。

三、治療：口服抗病毒藥物：低副作用且安全性高。

四、自我照顧：

- (一) 三餐定時定量，營養均衡，勿暴飲暴食。
- (二) 不喝酒、不吸菸。
- (三) 正常規律的生活，充足的睡眠，避免熬夜過度勞累。
- (四) 帶原者要絕對避免捐血。
- (五) 遵循醫師的指示，定期（3-6 個月）抽血檢查及追蹤腹部超音波檢查。
- (六) 避免共用沾血之個人器具(如牙刷、刮鬍刀、指甲剪、刮痧板)等用具。
- (七) 避免不必要的刺青、針灸、紋眉及穿耳洞。
- (八) 正確全程使用保險套，安全性行為。
- (九) 遵守醫師之指示，不亂吃成藥、偏方及來路不明之藥品，以免增加肝臟的負擔。
- (十) 定期返診，按時服藥，切勿自行任意停藥。

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉624，諮詢時間：週一至週五上午9:00-12:00，下午2:00-5:00。

祝您 平安健康