

健康科普专栏
健康知识普及行动

龙游县人民医院 预约挂号:7212322



慢性乙肝:藏在身边的沉默健康威胁

大家好,今天咱们来聊聊一种看似低调,却可能对健康造成严重威胁的疾病——慢性乙型肝炎,咱们平时也可以叫它“慢性乙肝”。它就像一个“沉默的杀手”,很多时候悄悄损害我们的肝脏,却不容易被察觉。

一、什么是慢性乙肝?

简单来说,就是感染乙肝病毒超过6个月,肝脏因为病毒长期存在而出现持续炎症,甚至慢慢变硬是因为长期发炎留下的疤痕(也就是医学上说的纤维化)。要判断是否得了慢性乙肝,咱们可以通过抽血检查:

如果乙肝表面抗原(HBsAg)呈阳性,说明已经感染了乙肝病毒。

乙肝病毒DNA检测能让我们知道体内病毒的活跃程度,数值越高,说明病毒复制得越厉害。

如果放任不管,慢性乙肝可能会一步步发展,最严重的后果就是肝硬化和肝癌,而且患这两种病的风险比健康人高出20到100倍,这可不是小事!

二、乙肝病毒是怎么传播的?

很多人可能会担心自己会不会不小心被传染,别慌,咱们先了解一下主要的传播途径:

母婴传播:这是最主要的传播途径之一。妈妈如果有乙肝,宝宝在出生时接触到妈妈的血液或体液,就有可能被感染。

宫内感染:这种情况相对少见,但如果孕妇体内病毒量很高,宝宝在子宫里被感染的风险就会增加。

血液传播:比如输入没有严格筛查的血液制品、和别人共用针具、去不正规的地方纹身或穿耳洞,器械消毒不彻底就可能传染。

性传播:没有保护措施性行为有传播风险,不过相比艾滋病,乙肝通过性传播的风险要低一些。

三、感染后身体会有哪些信号?

急性感染时:可能会出现乏力、吃不下东西、皮肤和眼白发黄(也就是黄疸),还有尿的颜色会变深,这时候比较容易察觉。

慢性感染时:很多人早期没有明显症状,就像个“健康携带者”,所以很容易被忽视。随着病情发展,部分人会慢慢出现肝区隐隐作痛、容易疲劳等症状。到了晚期,可能会发展成肝硬化,出现腹水、呕血等严重问题,甚至进一步恶化为肝癌。所以,定期体检真的很重要!

四、如何知道自己有没有感染乙肝?

筛查很简单,抽个血做“乙肝五项”检查,就能知道是否感染了乙肝病毒,以及体内有没有乙肝抗体。

评估病情需要这些检查:

HBV DNA 检测:看看体内病毒的数量,了解

病毒的活跃情况。

肝功能检查:主要看ALT和AST这两个指标,能反映肝脏的功能是否正常。

肝脏B超或FibroScan:可以帮助医生评估肝脏有没有纤维化,也就是肝脏的“硬度”如何。

五、预防措施很关键

新生儿篇:为了保护宝宝,咱们有“0-1-6”疫苗接种方案:宝宝出生24小时内、1月龄、6月龄各打一剂乙肝疫苗。如果妈妈乙肝表面抗原呈阳性,宝宝出生12小时内还需要注射乙肝免疫球蛋白(HBIG),双重保护更安心。

成人篇:还没感染乙肝的人,尤其是医护人员、有高危性行为的人,建议去接种乙肝疫苗,这是预防乙肝最有效的办法之一。

日常生活中,要避免血液接触,比如不共用剃须刀、牙刷等;性行为时使用安全套,既能保护自己,也能保护他人。

虽然慢性乙肝听起来有点可怕,但只要咱们了解它、重视它,做好预防和定期检查,就不用过于担心。早发现、早治疗,才能让我们的肝脏保持健康,远离这个“沉默的杀手”。希望今天的分享能让大家对慢性乙肝有更清晰的认识,记得把这些知识分享给身边的人,一起守护健康!

龙游县人民医院 姚叶锋



衢州有礼 天下龙游
QIZHOU LONGYOU
一座最有礼的城市

文明
是最美的风景