



防治肝炎,这些知识你了解吗?

7月28日是世界肝炎日。肝炎是危害人类健康的公共卫生问题之一。肝炎有哪些类型?病毒性肝炎可以治愈吗?如何预防肝炎?关于肝炎防治的这些知识,听听专家怎么说。

中华医学会肝病学会副主任委员、空军军医大学西京医院消化内科主任医师韩英介绍,通常人们所说的肝炎多数指的是甲型、乙型、丙型等肝炎病毒引起的病毒性肝炎,实际上还有很多因素可以引起肝脏炎症,包括酒精、代谢、免疫、药物、化学毒物、寄生虫等。除病毒性肝炎外,代谢相关脂肪肝、酒精性肝病、自身免疫性肝病等慢性肝病防治任务也很艰巨。

“病毒性肝炎能否治愈与感染病毒的类型、疾病所处的阶段以及治疗的方式有关。”韩英说,甲型、戊型肝炎大部分可以自愈,经充分休息、合理饮食及适当对症治疗后一般不会转

为慢性,康复后也不会对生活质量及生存等造成影响。但部分人群如孕妇感染戊肝、慢性肝病患者重叠感染戊肝时病情可能会较重,易发展为肝衰竭,预后较差。

丙型肝炎目前应用DAA小分子化合物进行8-12周的直接抗病毒药物治疗,几乎所有的患者都可治愈。即使到了丙肝肝硬化阶段的患者,经过24周的治疗,丙型肝炎病毒也可以完全清除,但肝硬化可能还会持续进展。

乙型肝炎目前无法实现彻底治愈,绝大部分患者需要长期控制病毒复制治疗。近年来,部分乙型肝炎的患者应用长效干扰素治疗可以实现功能性治愈。但对于已经进展至肝硬化失代偿期的患者,不能应用长效干扰素治疗,需要长期控制病毒、预防和治疗肝硬化并发症。

空军军医大学西京医院消化内

科副主任医师郭冠亚介绍如何预防肝炎:

首先要积极筛查、定期体检。对于查出病毒性肝炎的患者,应积极治疗,避免传染给生活密切接触者,餐具及牙具等也应该分开。生活密切接触者也应检查是否感染。

第二,应及时接种疫苗。乙型肝炎是慢性肝病的主要原因之一,接种疫苗是预防乙肝最有效的手段。丙肝目前尚无疫苗,主要通过避免血液暴露(如不共用针头、文身工具等)及安全性行为等预防。

第三,健康饮食、控制体重,减轻肝脏负担。肝脏是人体的代谢中心,不健康的饮食习惯、严重超重等会增加肝脏的负担,导致脂肪肝等慢性肝病的发生。

第四,避免长期及大量饮酒。长期大量饮酒会造成肝脏细胞持续破坏导致脂肪性肝炎,转氨酶等肝功能指



中华医学会肝病学会副主任委员、空军军医大学西京医院消化内科主任医师韩英为患者查体。
新华社发

标明显升高。

第五,减少非必需药物的口服。许多药物及其代谢产物对肝脏具有毒性作用,随意使用会导致药物性肝损害,生病时需遵医嘱用药。服用可能伤肝的药物,如他汀类降脂药时,应定期监测肝功能,同时要避免自行服用“偏方”“神药”,尤其是成分不明的中药和保健品。(记者 简娟)

新华社西安7月28日电

疾控科普

夏季警惕蚊媒传染病,共防基孔肯雅热,守护您的健康

夏季随着气温的持续攀升、蚊媒活动愈发活跃,蚊媒传染病的传播风险也随之显著增加。近日,广东省佛山市基孔肯雅热疫情引起了广泛关注。格尔木市疾控中心在此特别提醒广大市民:了解基孔肯雅热防控知识,守护您和家人的健康!

基孔肯雅热(Chikungunya fever, CHIK)是由基孔肯雅病毒引起的急性蚊媒传染病,主要流行于东南亚、南亚和非洲地区,通过伊蚊(埃及伊蚊和白纹伊蚊)叮咬传播,无人传人的证据。人群普遍易感,感染后可获得持久的免疫力。目前,随着国际交流的日益频繁,病例输入的风险持续存在。

一、基孔肯雅热如何传播?

1. 传染源:患者、隐性感染者、带病毒的灵长类动物。

2. 传播途径:主要通过携带基孔肯雅病毒的伊蚊叮咬传播,在我国传播媒介主要为白纹伊蚊和埃及伊蚊。伊蚊在叮咬病毒血症期的人或动物后,病毒在蚊虫体内繁殖并到达唾液腺内增殖,经2至10天的外潜伏期再

传播。罕见情况下,可发生经输血或接触患者血液导致传播和母婴传播。

3. 易感人群:人群普遍易感,人感染病毒后可获得持久免疫力。

二、基孔肯雅热的流行地区在哪里?

基孔肯雅热疫情曾在非洲、亚洲、欧洲以及印度洋和太平洋的岛屿上发生,已在119个国家发现基孔肯雅病毒传播。

2010年以来,我国曾报告来自东南亚、非洲、中亚等多个地区的输入病例,并在广东等地发生本地传播。

三、临床症状有哪些?

患者主要症状包括突发高热(>39℃)、对称性多关节痛、皮疹等,以轻症为主;

高危人群:如婴儿、65周岁以上老年人和患有高血压、糖尿病或心脏病等基础疾病的患者可能会出现重症。多数患者一周内会好转,部分病例关节疼痛的症状可能会持续数月甚至数年。

四、基孔肯雅热的传播媒介是

什么?

能够传播基孔肯雅热的蚊种为白纹伊蚊,白纹伊蚊体黑而有白纹,俗称“花蚊子”或“黑蚊子”,能够传播登革热、基孔肯雅热和寨卡病毒病等蚊传疾病。

其白天吸血,吸血高峰为早上6—8点和下午17—19点。

它主要来源于各种小型且清洁的水体中,例如室外堆积废弃的盆、桶、锅、碗,或者室内的插花瓶、水缸、花盆托盘等。

五、如何预防基孔肯雅热?

预防基孔肯雅热的最佳方法是避免蚊虫叮咬。需要以清理蚊虫孳生地为基础,并根据情况合理使用生物、物理和化学方法杀灭蚊虫。

具体措施包括:市民外出活动时做好防蚊准备,着长衣长裤、远离蚊虫滋生场所、科学合理使用驱蚊剂等方式防止蚊虫叮咬。

六、旅行者应注意的事项有哪些?

1. 出发前:需查阅旅行目的地健

康通告和警示信息,了解哪些地区正在发生暴发疫情或存在较高基孔肯雅热感染风险。孕妇或计划怀孕人员需谨慎前往。

2. 出行时:若前往暂无疫情但存在感染风险升高的地区或正发生暴发疫情的地区,宜携带含有避蚊胺、驱蚊酯、埃卡瑞丁等活性驱蚊成分的驱避剂,并按照说明使用。

也可使用蚊帐、穿宽松的长袖上衣和长裤。尽可能选择配备纱窗和纱门的住宿场所。

3. 结束后:旅行结束后2周内仍需预防蚊虫叮咬,确保旅行者不会因隐性感染,将基孔肯雅热、登革热和寨卡病毒病等病原体带入境内,导致传播。

旅行返回后做好健康监测,密切关注自身及家人健康状况,若出现发热、头痛、肌肉关节疼痛或皮疹症状,请及时就医,并说明旅行时间和地点,以便尽快得到诊治。

格尔木市卫生健康委员会 宣
格尔木市疾病预防控制中心

