

C 型肝炎患者照護護理指導

一、什麼是 C 型肝炎？

由 C 型肝炎病毒所引起的。當抽血檢驗發現體內有 C 型肝炎抗體存在，表示曾感染過或是現在仍感染 C 型肝炎。潛伏期在兩個星期至六個月之間。

二、C 型肝炎傳染途徑：

主要經由體液傳染，特別是血液傳染，包括輸血、使用消毒未完全的針頭注射、毒癮者共用針頭、消毒未完全的刺青、針灸與穿耳洞用具、凡是接觸過血液製品的器具，皆須用特殊儀器高溫與高壓消毒，才能徹底滅菌。與 B 型肝炎不同的是，C 型肝炎很少經由性行為傳染或經由母體傳染給下一代。

三、C 型肝炎主要症狀：

1. 一般人無症狀，需要經過驗血才能確定，感染 C 型肝炎時的症狀和 B 型肝炎類似，然而有 65% 左右的患者會導致慢性 C 型肝炎，造成肝功能指數 (GOT、GPT) 異常，肝臟壞死。
2. 有全身無力、食慾不振、疲倦、噁心、嘔吐等症狀。若不幸發展到肝硬化末期，可能會有倦怠、黃疸(皮膚和眼白均呈現黃色，尿液呈茶褐色)、腹水、水腫的症狀出現。

四、C 型肝炎的疾病進展：約 20% 慢性 C 型肝炎者會變成肝硬化，在經過二、三十年後，少部分會變成肝癌，所以慢性 C 型肝炎雖然沒有症狀，且肝功能正常或輕微異常仍必須定期檢查，以早期診斷出肝硬化或肝癌。

五、C 型肝炎的治療：罹患急性 C 型肝炎或已轉變成慢性 C 型肝炎的患者，從傳統干擾素開始，直至目前的組合療法，可洽詢醫師治療的方式。

六、使用干擾素之副作用

- 感冒般的症狀：如發燒、畏寒、肌肉酸痛、頭痛、全身乏力。
- 腸胃症狀：厭食、嘔吐、腹瀉、食慾不振。
- 全身症狀：煩躁不安、憂鬱、皮膚搔癢、體重減輕、脫髮。
- 血液學變化：白血球、紅血球及血小板可能減少。

七、C 型肝炎的照護與衛教：

1. 戒酒：酒精對肝臟有直接毒性會加速肝炎、肝硬化和肝癌的發生。
2. 勿濫用來路不明藥物：藥物由肝臟代謝排出，濫用藥物會增加肝臟工作量。
3. 多休息，避免勞累：增加肝細胞的修復。
4. 飲食：
 - (1) 高蛋白、高熱量、高碳水化合物與低脂肪。

(2)三餐定時定量，勿暴飲暴食。

(3)避免煙燻食物、酒類的攝取。

5. 依照醫生指示用藥。

6. 定期門診追蹤：定期每 3~6 個月回門診追蹤一次肝功能。