

世界肝炎日：社会共治 消除肝炎



2025年7月28日是第15个“世界肝炎日”，今年的宣传主题是“社会共治 消除肝炎”。为持续提升全民病毒性肝炎防治意识，推动病毒性肝炎防治工作，结合我省实际，山东省疾病预防控制中心在全省开展世界肝炎日宣传周活动，旨在动员全社会共同参与，尽早实现“消除病毒性肝炎公共卫生危害”的目标。

揭秘真相 认识病毒性肝炎

病毒性肝炎是一组由不同病毒引起的严重威胁人类健康的传染病，主要包括甲型肝炎、乙型肝炎、丙型肝炎、丁型肝炎和戊型肝炎等。不同类型的病毒性肝炎，在传播途径、临床表现、疾病转归等方面各有特点。

一、“病从口入”——甲型肝炎

甲型肝炎主要通过粪一口途径传播，即通过食用被甲肝病毒污染的食物或水而感染。甲肝通常发病急，患者常出现发热、乏力、食欲减退、恶心、呕吐、黄疸等症状。多数患者预后良好，一般不会发展为慢性肝炎，病后可获得持久免疫力。但在一些特殊人群中，如老年人或原本就有基础疾病的患者，甲肝病毒感染可能导致较为严重的病情。

二、“多面杀手”——乙型肝炎

乙型肝炎病毒传播途径较为复杂，主要通过母婴、血液和性接触传播。母婴传播是我国慢性乙肝最常见的传播途径。需要强调的是，共同吃饭、工作和握手等一般生活接触是不传播乙肝病毒的。在过去，由于医疗卫生条件限制以及对乙肝传播途径认识不足，我国乙肝病毒感染率较高。山东省自1992年开始在新生儿中推广乙肝疫苗，通过多年努力，15岁以下儿童乙肝表面抗原携带率从1992年的8%下降至目前的0.03%。乙肝病毒感染后，部分患者可能处于无症状携带状态，难以察觉。然而，病毒在体内持续复制，会逐渐损害肝脏细胞，长期可发展为慢性肝炎、肝硬化甚至肝癌。

三、“隐匿破坏”——丙型肝炎

丙型肝炎主要经血液、性接触和母婴传播。日常普通接触不会被传染。丙肝病毒感染后，多数患者在初期症状不明显，很容易被忽视。约60%-80%的急性丙肝患者会进展为慢性丙肝，随着病情进展，肝脏纤维化程度逐渐加重，其中15%-20%可发展为肝硬化和肝癌。



化和肝癌。

四、“乙肝帮凶”——丁型肝炎

丁型肝炎病毒较为特殊，它只能在乙型肝炎病毒感染的基础上发生重叠感染。也就是说，只有先感染了乙肝病毒，才有可能感染丁肝病毒。丁肝病毒的传播途径与乙肝相似，丁肝的存在会使乙肝患者的病情更加复杂和严重，加速肝脏疾病的进展，治疗难度也更大。

五、“孕妇高危”——戊型肝炎

戊型肝炎同甲型肝炎一样主要通过粪一口途径传播，被戊肝病毒污染的水源或食物是主要的传染源。在沿海地区，因食用未做熟的贝类等海鲜，戊肝时有散发或小规模流行。戊肝多为急性发病，症状与甲肝相似，但孕妇感染戊肝后，病情往往较为凶险，可能出现肝功能衰竭，导致流产、死胎等严重后果。

参与共治 消除病毒性肝炎

病毒性肝炎可防可治，积极参与病毒性肝炎的社会共治，对我们的健康十分有利，也是我们每个人的责任。

一、接种疫苗——主动提

高抵抗力

接种甲肝疫苗可有效预防甲肝。从2008年开始，山东省将甲肝减毒活疫苗纳入免疫规划，所有满18月龄儿童均可免费接种1针；也可以自费接种两剂次甲肝灭活疫苗，两剂次间隔6个月。两种甲肝疫苗均可以有效预防甲肝病毒感染。

乙肝疫苗是预防乙肝最有效的方法，还可以间接预防丁型肝炎感染。新生儿乙肝疫苗需按0-1-6月程序接种三针，其中首针应在出生后24小时内尽早接种；乙肝表面抗原阳性或不详孕妇所生新生儿，应在出生后12小时内尽早接种首针乙肝疫苗，同时注射乙肝免疫球蛋白。成年人特别是医务人员、经常接触血液及血液制品人员、托幼机构工作人员、经常接受输血及血液制品者、免疫功能低下者、职业易发生外伤者、乙肝慢性感染者的家庭成员、男性同性性行为者、有多个性伴者或注射吸毒者等高风险人群也应全程接种乙肝疫苗。

戊肝疫苗的接种对象是16岁以上人群，重点接种对象为戊型肝炎病毒感染风险高的人群，如畜牧养殖者、疫区旅行者、餐饮业人员、集体生活人群

等，以及感染戊型肝炎病毒后可能病情较重的慢性肝病患者、育龄期妇女、老年人等。

目前没有能够有效预防丙肝的疫苗。

二、健康生活——减少接触病毒的可能

注意饮食卫生。勤洗手，尤其是在用餐前和如厕后；不喝生水，菜板生熟分开，避免食用未煮熟的肉类和海鲜（尤其是毛蚶、牡蛎等）。

注意个人卫生。皮肤外伤时应注意保护，防止伤口被污染。不共用注射器、剃须刀、牙具等用品，发生性行为时正确使用安全套。

保持良好的生活习惯。均衡饮食、适量运动可以增强免疫力，促进新陈代谢，对肝脏健康有益。避免过度饮酒、药物滥用和长期熬夜等可能加重肝脏负担的行为。

在医疗机构工作或接触医疗废物时，要严格遵守操作规程，避免直接接触血液、体液和医疗废弃物。规范使用防护设备，如手套、口罩和护目镜等，并在操作后及时清洗和消毒双手。

三、主动检测——及时了解感染状况

病毒性肝炎感染后，很多患

者在早期可能没有任何症状，甚至在感染多年后才出现明显的不适。如果不能及时发现感染，病情可能会逐渐加重，甚至发展为肝硬化或肝癌。早期检测不仅可以帮助患者及时接受治疗，还能有效防止病毒传播给他人。成年人应尽早去正规的医疗机构进行一次乙肝、丙肝检测，了解自己的健康状况。

四、规范治疗——改善疾病的预后

目前慢性病毒性肝炎感染者诊断率和治疗率相对较低，如果没有定期检查和科学规范的治疗，25%左右的慢性乙肝感染者将死于乙肝感染导致的肝硬化和肝癌。丙肝感染者一旦发生肝硬化失代偿，10年生存率仅为25%。

乙肝感染者通过规范的抗病毒治疗可抑制病毒复制，延缓和减轻肝脏损害，阻止肝硬化、肝癌及其并发症的发生，也可防止传染他人。尤其是高乙肝病毒载量孕妇，可在专业医师指导下接受规范的抗病毒治疗，不仅能有效阻断乙肝母婴传播，还可延缓自我病情进展。

感染丙肝后及时治疗，及早治愈可以有效避免其慢性化及进展为肝硬化、肝癌，也可防止传染他人。感染丙肝的妇女应及时治疗，治愈前应避免怀孕。大部分丙肝感染者通过规范的抗病毒治疗可以完全治愈，疗程3个月左右。

我省已将慢性乙肝、慢性丙肝和肝硬化纳入门诊“慢特病”医保报销管理，患者花费很少的钱就能够得到规范的治疗，进一步减轻了就医经济负担。

病毒性肝炎的防治，需要全社会的共同努力。让我们从自身做起，从身边小事做起，积极参与到肝炎防治行动中来。同时，要消除对肝炎患者的歧视，给予他们理解和关爱，鼓励患者积极治疗。社会共治，消除肝炎，每个人都是参与者，让我们一起为健康而努力。

（山东省疾病预防控制中心 免疫预防管理所 冯艺）

“七彩健康夜”健康义诊燃动泉城盛夏



贺照阳 通讯员 刘庆乐 张莹莹
实习生 乔佳芮 济南报道

“这真是把健康送到了老百姓的心坎上！”7月25日晚，济南市历城区唐冶唐盛荟广场上，刚体验完中医问诊的张阿姨，为“七彩健康夜 惠民零距离”健康夜市点赞。该活动由济南市第七人民医院与历城区城发唐盛荟联合举办。

自2024年起，济南市第七人民医院创新推出“健康夜市”系列活动，将优质医疗资源下沉到社区，把健康服务送到百姓“家门口”。不同于传统医

疗的固定时空限制，夜市把咨询点、体验区搬进市民生活圈，让大家利用晚饭后的闲暇时间享受服务，解决了工作日就医不便的难题，践行着“治未病”的健康理念。

守护健康，“防”与“早”是核心。急救知识培训区里，急诊科医护人员教市民心肺复苏、海姆立克急救法等技能，市民上手实操，快速掌握救命本领。义诊区的专家们耐心解答健康问题，免费测血压、血糖，发现指标异常就及时引导至专科咨询，用“早发现、早干预”守护健康。

中医服务区是现场焦点，浓郁的

中医药氛围吸引了众多市民。中医专家通过望闻问切辨识体质，讲解饮食调理、穴位按摩等居家保健法。压耳豆体验台前排起长队，药豆贴在耳穴上，按压就能调理脾胃、改善睡眠，有人体验后说“酸胀又舒服”。养生茶饮区里，金银花、枸杞等调配的茶饮清香扑鼻，市民在品味中感受“药食同源”的智慧。

此外，普外科、骨科等专科咨询，体重管理指导和医保政策解读也按需提供。三小时的活动虽短，却让健康服务真正走进生活。未来，医院将继续把健康送到群众身边，筑牢泉城市民的健康防线。