

香港紅十字會 醫護服務部
五星健康五星家
地區伙伴健康快訊



進食藍莓染肝炎？



早前，網上流傳指有人進食藍莓後感染甲型肝炎。衛生署署長陳漢儀醫生表示，澳洲於較早時所爆發甲型肝炎，懷疑與一批在中國包裝的莓類生果有關，但在流行病學追蹤分析中，35宗個案中有十種不同基因，故未能確認甲型肝炎的源頭。為此今期「快訊」將與大家討論一下此事及講解甲型肝炎。

經理Eric



最近收到不少朋友嘅短訊，指進食藍莓後有機會感染甲型肝炎，令人紛紛對莓類水果卻步喎！大家有留意嗎？

我都有收到呀！但翌日睇電裡新聞報導又指，未有證據顯示患甲型肝炎與進食藍莓有關，實在有點令人混淆。

服務幹事
阿森



護士
何姑娘



根據衛生署對此事嘅回應，由今年截至四月十四日，共有64宗甲型肝炎呈報個案，當中只有19名患者係潛伏期間曾進食莓類食品，而只有8名患者曾進食藍莓。所以至今仍未發現流行病學證據，顯示近期的甲型肝炎個案有所增加係與進食藍莓有關。

咁其實甲型肝炎係點引致架？

服務幹事
阿森



護士
何姑娘



甲型肝炎主要係透過進食受患者糞便污染嘅飲料、食物，例如貝類海產傳播，或者可透過人與人親蜜嘅接觸而直接感染。



經理Eric



患者通常會有咩病徵架？

護士
何姑娘



甲型肝炎嘅病徵包括**食慾不振、疲倦、噁心、嘔吐、腹瀉、發燒、因肝臟發大而出現上腹不適、黃疸(皮膚及眼白變黃)**，以及**小便呈茶色**。要留意嘅係，**戊型肝炎嘅病徵亦差不多**，如果要分辨引起肝炎嘅病毒類型，就需要血液樣本測試喇。

咁患上甲型肝炎會否好長手尾架？

經理Eric



護士
何姑娘



跟乙型肝炎唔同，大部分甲型肝炎患者都能完全康復，痊癒後**唔會有長期帶病毒的情況**，亦不會轉變為慢性肝炎。

服務幹事
阿森



咁我地有啲咩預防呢個病嘅好方法呀？

護士
何姑娘



- 我地要經常**保持良好嘅個人、食物同環境衛生習慣**。
- 進食莓類食物時**，應該**清洗乾淨**才進食。
- 至於其他受感染甲型肝炎風險較高的食物，例如**海產或貝殼類食物**等，應該**徹底清洗及煮熟**才進食。
- 另外，壽司呢類未經煮熟、而且會放喺室溫一段時間嘅食物，風險都較高，大家購買時要光顧持牌及衛生情況理想嘅鋪頭呀！
- 當然唔少得嘅係，**進食同處理食物前都要洗手**啦！




咁就解開晒所有進食藍莓或者對甲型肝炎有關嘅疑問喇！如果地區團體想聯同我哋一齊舉辦有關嘅**健康講座、健康檢查**或者**借用以健康為題嘅展板同遊戲**，就可以聯絡我地嘅健康教育主任何姑娘，電話係**3103 4067**，電郵係 chep@redcross.org.hk

經理Eric



參考資料：<http://www.chp.gov.hk/tc/content/9/24/24.html>
<http://www.chp.gov.hk/tc/content/116/39272.html>



香港紅十字會醫護服務部的**Facebook**專頁通過不同的急救謬誤及生活冷知識，使急救及健康推廣變得更大眾化。請即www.facebook.com/HKRC.Health俾個  啦！



香港紅十字會推出「流動急救應用程式」

香港紅十字會推出的紅十字急救通，為你免費提供方便、簡明的急救知識。應用程式設有短片示範、逐步指示的應急步驟等，令你更容易掌握急救的知識。

