



Images used are stock photos and the associated messaging may not represent the personal situation, views or beliefs of the people in the images.

B형 간염 안내서: 검사, 치료 및 건강 유지

자료 소개

이 안내서는 B형 간염 (hep B) 검사를 받는 것부터 만성 (평생) B형 간염 보균자로서 잘 지내는 것까지의 프로세스를 이해하는데 도움을 드리기 위한 것입니다. 또한 B형 간염에 걸릴 위험이 있거나 최근 B형 간염 진단을 받은 분들에게 도움을 드리기 위해 제작되었습니다.

이 안내서에서 제공된 정보는 일반적 정보일 뿐이며 의학적 조언을 대체하지 않습니다. Hepatitis Australia에서는 제공된 정보에 기초하여 여러분이 결정을 내리기 전에 별도의 의학적 조언을 구할 것을 장려합니다.

B형 간염
검사를 받고
싶습니다.



B형 간염
검사를 해야 할
것 같습니다.



결과
검사



음성
면역성 있음



예방접종을 했으며, 면역성이
있고 B형 간염에 걸리지
않습니다.



음성
면역성 없음



예방접종



제거
면역성 있음



가족 및 동거인 검사



양성

가족, 파트너, 동거인 검사



간 검사

건강한 식품 섭취 및 운동을
하고, 술과 담배 소비를 줄임



6 ~ 12개월 마다 의사 검진



필요 시 치료를 받음

1

B형 간염 검사를 받아야 하는지 확인

아래 항목에 속하는 사람은 B형 간염 검사를 반드시 받아야 합니다¹

- B형 간염 보균자와 함께 사는 가족, 파트너, 동거인
- 아래 지도에서 주황색 지역 중 한 곳에서 태어난 사람²
- 에보리지널 원주민 및 토레스 해협 섬 원주민
- 임산부
- B형 간염 보균자 산모에게서 태어난 영아 및 9개월 이상 유아
- 항암 화학요법 또는 면역억제요법, 투석을 받을 예정인 자
- 노출되기 쉬운 의료행위를 수행하는 의료진
- 군인
- HIV (인체면역결핍 바이러스) 및/또는 C형 간염 보균자
- 예방접종을 하지 않은 복수의 섹스 파트너가 있는 사람
- 주사기로 마약을 주입한 적이 있는 사람
- 수감된 적이 있는 사람
- 남성과 성관계를 맺는 남성
- 성매매업 종사자
- 간 손상 징후나 증상이 있는 자
- 간 질환 가족력이 있는 자

B형 간염 유병률이 높거나 중간인 지역





2

의사에게 B형 간염 검사 요청하기

B형 간염 검사는 일반 피검사의 일부가 아닙니다. 이전에 검사를 받았는지 모르겠으면, GP에게 물어봐야 합니다. 먼저 혈액검사를 하여 B형 간염이 있는지 여부와 없으면 B형 간염에 면역성이 있는지 확인합니다.

B형 간염 검사 범위가 혼란스러울 수 있으므로, GP는 ASHM에서 개발한 다음의 편리한 의사결정 지원을 이용할 수 있습니다:

<https://ashm.org.au/products/product/1976963402>

통역 서비스

의사와 상담 시 도움이 필요하면, 통역사를 진료실로 오게 하거나 또는 전화로 통역 서비스를 받을 수 있습니다. 이 서비스는 TIS (Translating and Interpreting Service) National을 통해 무료로 제공됩니다.³ 진료 약속을 잡을 때 미리 통역사가 필요하다고 병원에 말해야 합니다.

의사를 만날 때, 가족과 친구가 큰 도움을 줄 수 있지만, 의사와의 원활한 소통에 도움이 되도록 전문 통역사를 이용하시길 권합니다. 의료 문제에 대한 결정을 내리는 일은 어려울 수 있으며, 올바른 결정을 내리기 위해 모든 내용을 잘 이해하는 게 중요합니다. TIS National 통역사는 훈련을 받은 전문가이며 복잡한 정보를 통역한 경험이 많습니다.

웹사이트: www.tisnational.gov.au

131 450번으로 전화하여 시내 전화 요금으로 전화 통역사를 이용하세요.

3 검사 결과 받기.

B형 간염 검사는 4가지 결과 중 한 가지로 나타날 수 있습니다.⁴

1 음성, 면역성 있음 (예방접종 받음)

B형 간염에 대한 면역력을 갖고 있으므로 B형 간염에 걸릴 수 없습니다.

다음 단계를 따를 필요가 없습니다

2 음성, 면역성 없음

B형 간염에 걸린 적이 없으며 예방접종을 받은 적이 없습니다. 향후 B형 간염에 걸리지 않도록 의사에게 예방접종을 요청할 수 있습니다.



3 제거, 면역성 있음

과거에 B형 간염 바이러스가 있었지만, 신체 내에서 저절로 없어졌습니다. 만성 B형 간염 바이러스가 없습니다. 가족과 파트너, 함께 살고 있는 사람들에게 말해 그들도 검사를 받을 수 있게 해야 합니다. 직접 말하는 것이 걱정스러우면 의사가 익명으로 연락하여 대신 말해 줄 수 있습니다.

B형 간염으로부터 이미 완치되었던 사람의 경우 항암 화학요법 또는 면역억제요법 약물 치료 시 갑자기 심하게 재발될 수 있음을 명심해야 합니다. 그러한 약물로 치료 중이라면 B형 간염에 대한 추가적인 치료가 필요할 수 있습니다.

4 B형 간염 양성

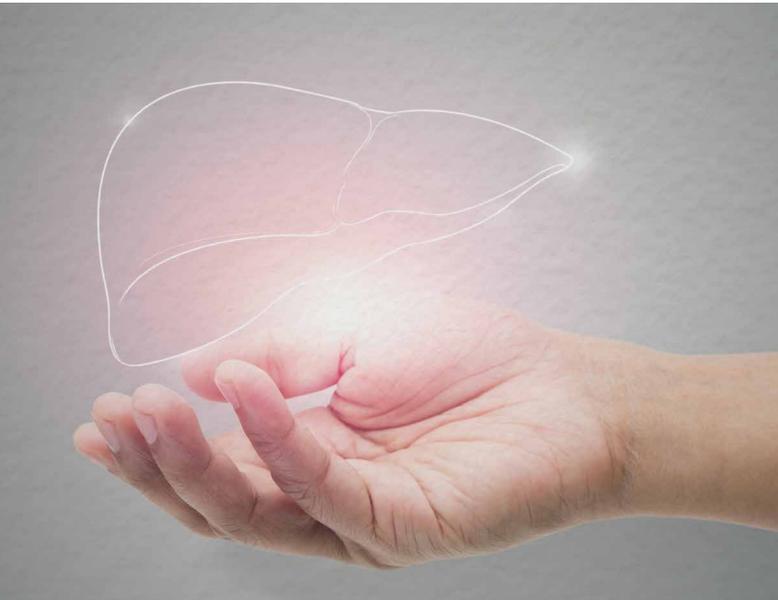
만성 B형 간염일 수 있습니다. 만성 B형 간염은 평생 지속되는 질환이지만 건강을 유지하는 데 도움이 될 몇 가지 방법이 있습니다.

다음 단계를 따르십시오

치료를 하지 않고 놔두면, B형 간염은 간을 손상시켜 간경변(심각한 간손상)과 간질환, 간암, 간 부전으로 이어질 수 있습니다. 만성 B형 간염은 치료가 되지 않지만, 간이 손상되고 있는 경우, 이 바이러스의 유해한 영향을 조절 및 감소시킬 수 있는 치료는 있습니다.



최근에 이 바이러스에 노출되었다면, 6개월마다 검사를 받아 만성 B형 간염 보균자인지 여부를 판단해야 합니다.



4 간 검사 받기

의사는 여러 검사를 실시하여 환자의 간이 어떻게 기능하는지 확인해야 합니다. 여기에는 일부 혈액 검사와 초음파 또는 Fibroscan® (간 경화 정도를 파악하기 위해 진동을 사용하는 무통증 검사)⁴가 포함될 가능성이 큼니다.

간 검사는 의사가 B형 간염이 환자에게 어떤 영향을 미치고 있으며 치료를 시작해야 하는지 여부를 파악하는데 유용합니다.

5 가족, 파트너, 동거인 검사

B형 간염은 출생 시 산모에서 태아로 전달되는 경우가 가장 흔합니다. 또한 혈액에 의한 접촉 또는 콘돔을 사용하지 않은 성행위로 전염될 수도 있습니다. B형 간염 보균자라면 가족과 파트너, 함께 살고 있는 사람들에게 이 사실을 말해 그들도 검사 및 예방접종을 받게 해야 합니다.

B형 간염 바이러스가 있다고 해서 가정을 이룰 수 없거나 또는 가족 및 친구와 음식을 나누는 등의 일을 할 수 없다는 **의미는 아닙니다**. 가족과 친구가 B형 간염에 걸리지 않도록 보호하는 가장 좋은 방법은 예방접종입니다.

직접 말하기 곤란하면 의사가 익명으로 그들에게 연락할 수 있습니다. 비밀 및 공개에 관한 더 자세한 정보는 아래 사이트를 방문하여 확인하십시오. www.hepatitisaustralia.com/Listing/Category/your-rights-and-responsibilities

다음은 통해서는 B형 간염 바이러스가 전염될 수 **없습니다**.



포옹 또는 키스



음식 및 식기 공유



B형 간염 보균자가 만든 음식 섭취



모기를 포함한 해충 또는 동물에 물리는 경우



화장실, 샤워기, 변기 공유



기침 또는 재채기

임신을 했고 B형 간염 보균자이면, 아기는 출생 후 12시간 내에 주사를 맞아야 합니다. 이 주사에는 바이러스와 싸우기 위한 면역체계에 도움을 주는 항체인 B형 간염 면역글로불린(immunoglobulin)이 들어 있습니다. 이 주사는, 동시에 시작되는 B형 간염 백신 과정과 함께 아기를 B형 간염으로부터 보호하는데 매우 효과적입니다. 일부 여성은 임신기간 중 치료를 함으로써 바이러스를 아기에게 전달할 위험을 줄이는 이점을 얻을 수 있습니다.⁵

6

건강에 좋은 식품 섭취 및 운동을 하고 술과 담배 줄이기

또한 건강에 좋은 식품 섭취 및 운동과 금주 및 금연을 통해 신체를 건강하게 관리하는 것이 중요합니다.

술과 담배, 과체중은 간을 손상시킬 수 있으며, 만약 B형 간염 보균자이면 바이러스도 간을 손상시킬 수 있어 특히 더 안 좋습니다. 식습관을 바꾸고 금주 및 금연을 하는데 도움이 필요하다면, 의사와 상담해야 합니다.⁶

또한 B형 간염 보균자의 경우 일부 한방 및 전통 한약재 제품이 간에 안 좋은 영향을 줄 수 있으므로 그러한 제품을 포함하여 복용 또는 섭취하고 있는 약물 또는 보조식품에 대해서 의사에게 알려야 합니다.⁷



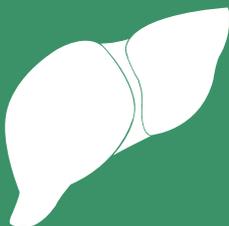
7

정기적 의사진료

간 손상 여부를 확인하기 위해 6개월 마다 또는 지정 주기마다 의사 진료를 받아야 합니다. B형 간염이 있는 사람에게서 어떠한 징후나 증상도 나타나지 않는 경우가 많습니다. 아플 때까지 기다리면, 바이러스가 이미 돌이킬 수 없는 많은 손상을 유발했을 수 있습니다. 확인할 수 있는 유일한 방법은 정기적 간 검사입니다.⁵

바이러스가 간 손상을 유발하기 시작하면, 바이러스의 유해한 영향을 조절 및 감소하기 위해 복용할 수 있는 약이 있습니다.

특히 처음 치료 1년 동안은 더 자주 의사 진료를 받아야 할 수도 있습니다.



알고 계셨습니까?

간에는 통증을 느끼는 신경이 없습니다. 간이 늘어났을 때 통증을 느낄 수 있는 조직 캡슐 (또는 백)이 간 둘레에 있습니다. 이것이 바로 간이 심각하게 손상될 때까지 B형 간염 증상이 없는 이유입니다.⁸



8 필요 시 치료 받기

바이러스는 여러 단계를 거치기 때문에 B형 간염 바이러스가 있는 모든 사람이 치료를 받을 필요는 없습니다. 일부 단계 중에는 바이러스가 매우 활동적이고 간에 손상을 일으킬 수 있습니다. 간 검진으로 병원 방문 시, 혈액 검사로 바이러스의 활동성 정도와 치료를 시작해야 하는지 여부를 확인할 수 있습니다.⁵

B형 간염 단계

무증상	단계 1	면역 관용기	B형 간염 바이러스가 자기 증식을 하지만 활발하게 간을 손상시키지 않음
손상	단계 2	면역 제거기	B형 간염 바이러스가 면역체계를 공격하고 면역체계가 이에 맞서 싸움. 간 손상 진행 중.
조절	단계 3	면역 조절기	면역체계가 바이러스를 조절하며 더 이상의 간 손상은 일어나지 않음.
탈출	단계 4	면역 탈출기	바이러스가 다시 활동적이고 간이 손상됨.

가장 흔한 B형 간염 치료제는 항바이러스성 정제이며 의사의 지시에 따라 1년 이상 매일 복용해야 합니다.

B형 간염 치료가 필요하다면, GP가 B형 간염 치료 경험을 갖고 있지 않는 한, 전문의를 방문해야 할 수도 있습니다. GP가 필요에 따라 간 전문의를 추천해 줄 수도 있습니다.⁹

REFERENCES: 1. ASHM. (2012, September). [Hepatitis B and Primary Care Providers](#). Retrieved from ASHM. 2. ASHM. (2016, March). [Indications for HBV testing](#). Retrieved from ASHM 3. Department of Home Affairs. (n.d.). TIS National. Retrieved from [www.tisnational.gov.au/](#) 4. Hepatitis NSW. (2018, May 11). [Hep B testing for adults](#). Retrieved from Hepatitis NSW. 5. ASHM. (2019). [Hepatitis B](#). Retrieved from All good. 6. Hepatitis Queensland. (2019). [Living with Hepatitis](#). Retrieved from Hepatitis Queensland. 7. hep. (2019, March 4). [Natural Remedies and Hepatitis B](#). Retrieved from hepomag. 8. Stöppler, M. (2017, January 24). [Medical Definition of Liver Pain](#). Retrieved from MedicineNet. 9. Hep B Help. (2019). [New HBV Diagnosis – what now?](#) Retrieved from Hep B Help.