



# B형간염

## 일반 정보





## B형 간염과 간

간은 여러모로 귀하의 건강을 지켜줍니다. 간은 혈액에서 독소를 제거하고 음식물에서 얻은 영양분을 에너지로 전환시킵니다.

간염은 간에 생긴 염증을 의미합니다. 간염에는 여러 종류가 있습니다. **B형 간염(Hep B)**은 간을 감염시키는 바이러스가 원인입니다.

**귀하가 B형 간염 감염자인 경우, 귀하만 감염된 것이 아님을 기억하십시오.**

미국에서 **125만명**의 사람들이 B형 간염 감염자입니다.

뉴욕 시에는 **100,000명**의 B형 간염 감염자가 있습니다.

B형 간염 바이러스는 감염된 혈액, 정액, 질 체액을 통해 다음 등의 경로로 타인에게 전염될 수 있습니다.

- 출생 시(감염된 어머니가 신생아에게 B형 간염을 전염시킬 수 있습니다). 이 경우 의료 치료를 통해 예방할 수 있습니다.
- 감염자와 무방비적 성관계(콘돔 미사용) 시
- 개인 생활용품(면도기, 칫솔) 공유 시
- 바늘 또는 주사 장비(인슐린, 약물 사용, 스테로이드, 문신, 침술) 공유 시

## B형 간염 단계

**급성 B형 간염**은 새로운 감염입니다. B형 간염에 감염된 대부분의 건강한 성인은 감염과 투병하다가 6개월 이내에 치료 없이 바이러스를 제거합니다. 급성 단계에서 B형 간염을 물리치면 평생 면역력이 생깁니다.

**만성 B형 간염**은 신체가 바이러스를 제거할 수 없는 경우 생기는 지속성 감염 또는 평생 이어지는 감염입니다. 면역 체계가 발달 중인 경우(유아 및 5세 미만 어린이) 또는 면역 체계가 약한 경우(에이즈나 암 환자 등)에 만성 감염의 발병 가능성이 큼니다.

## B형 간염 증상

대부분의 B형 간염 감염자는 증상이 **없거나** 감염 사실을 알지 못합니다. B형 간염 증상은 최대 30년 동안 진행될 수 있습니다. 증상이 나타나는 경우 이는 종종 종종 간 질환의 징후입니다.

B형 간염의 징후 및 증상에는 발열, 피로, 식욕 부진, 구역, 구토, 복통, 진한 소변, 회색빛의 대변, 관절 통증, 황달 등이 있습니다.

## 만성 B형 간염의 위험성

만성 B형 간염 감염자 네 명 중 대략 한 명은 흉터 및 섬유증(중등도 간 손상) 및 간 경변(중증 간 손상)을 포함하여 심각한 간 손상이 생깁니다.

간 손상은 종종 20~30년에 걸쳐 서서히 일어납니다.



건강한 간

섬유증

간 경변

간암

만성 B형 간염 감염자는 질병의 모든 단계에서 간암의 위험이 있으며, 6개월마다 간암 검진을 받아야 합니다.

## B형 간염 및 간 건강 테스트

의사는 다음의 몇 가지 검사를 시행해 귀하가 B형 간염 감염자인지 확인하거나 B형 간염이 귀하의 건강에 얼마나 영향을 미치는지를 파악할 수 있습니다.

### 혈액 검사

- **B형 간염 표면 항원(HBsAg) 검사:** B형 간염 감염 여부를 나타냅니다.
- **B형 간염 표면 항체(anti-HBs) 검사:** B형 간염에 대한 면역 여부를 나타냅니다.
- **B형 간염 DNA 검사:** 혈중 B형 간염 바이러스의 양을 나타냅니다.
- **간 기능 검사(LFTs):** 간 기능 정도를 측정합니다. 높은 수치는 간 염증이나 손상을 의미할 수 있습니다.

검사 결과		귀하가 해야 할 일
B형 간염 표면 항원 (HBsAg)	B형 간염 표면 항체 (anti-HBs)	
양성	음성	귀하는 B형 간염에 감염되었으며 B형 간염 전문의와 상의해야 합니다.
음성	양성	귀하는 B형 간염에 대한 면역력이 있으므로 아무 조치도 취하실 필요가 없습니다.
음성	음성	귀하는 B형 간염에 면역력이 없으며 보호를 위해 B형 간염 백신을 3회 용량 접종해야 할 수 있습니다.

### 간 초음파(Liver Ultrasound)/Fibroscan®

간의 모양, 크기 또는 경직도 사진을 통해 간 손상을 찾는 비침습적 영상 검사입니다.

### 간생검

바늘로 간 조직 일부를 떼어냅니다. 손상 또는 질병 확인을 위해 현미경으로 조직을 검사합니다.

### 간암 진단 검사

B형 간염을 보유한 성인에게는 6개월마다 혈액 검사와 초음파 검사를 권장합니다.

### 다음의 경우 귀하는 B형 간염에 면역력이 있습니다:

- 과거에 B형 간염에 감염되었지만 바이러스가 제거된 경우.
- 성공적으로 예방접종이 된 경우. 일부 사람들은 B형 간염 백신 시리즈를 완료한 후에도 B형 간염에 대한 면역력이 생기지 않습니다. 백신이 효과가 있었는지 확인하기 위해 검사를 받아야 할 경우 의사와 상의하십시오.

# B형 간염 감염자인 경우

## B형 간염 전문의의 치료를 받으십시오

스스로 건강하다고 느껴도 B형 간염이 당신의 간을 손상시키고 있을 수 있습니다. B형 간염 전문의를 방문하여 간 건강을 확인하십시오.



### 의사에게 물어보십시오:

- 제 간은 건강한가요?  
제 간은 손상되었나요?
- 건강을 지키기 위해 A형 간염이나 독감과 같은 다른 질병에 대해 예방접종을 받아야 하나요?
- 저에게 맞는 적정 체중, 식이 요법 및 규칙적인 운동은 무엇인가요?
- 최선의 B형 간염 치료는 무엇인가요?
- 간암 검사를 받아야 하나요?
- 의약품(처방전 없이 구할 수 있는 일반 의약품 포함), 약초, 비타민과 보충제를 복용하는 것이 안전한가요?
- B형 간염 항바이러스 치료를 받아야 하나요?

## 귀하가 치료 대상자인지 확인하십시오

만성 B형 간염 감염자는 의사와 상의해 치료가 필요한지 여부를 확인해야 합니다. 현재 만성 B형 간염을 완치하는 치료법은 없지만, B형 간염 항바이러스 치료는 바이러스의 간 손상을 늦추거나 멈출 수 있습니다.

**B형 간염 치료를 받는 경우:** 바이러스가 약물에 대한 내성이 생기지 않도록 처방대로 약을 복용하십시오. 바이러스에 내성이 생기면 약효가 없을 것입니다.

임신 중이거나 모유 수유를 하는 경우 B형 간염약 복용 시 생길 수 있는 우려 사항에 대해 의사와 상의하십시오. 의사와 상의 없이 약물 복용을 중단하지 마십시오.

## 건강을 지키십시오

**술을 전혀 마시지 않는 것이 건강에 가장 좋습니다.** 알코올은 간을 손상시킵니다. 알코올 섭취를 피하여 귀하의 간을 보호할 수 있습니다. [rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov](http://rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov) 에서 알코올 섭취를 줄일 수 있는 정보를 확인하십시오.

알코올을 줄이는 데 도움이 필요한 경우 의사와 상의하거나 상담이나 치료 의뢰를 위해 [lifenet.nyc](http://lifenet.nyc)를 참조하십시오.

**처방전 없이 살 수 있는 의약품, 천연 약품, 비타민이나 보충제를 복용하기 전 의사에게 문의하십시오.** 아세트아미노펜(타이레놀), 비타민, 철분, 약초 또는 "천연 약물"과 같은 보충제 등 일부 처방전 없이 살 수 있는 의약품은 간에 위험할 수 있습니다. 모든 주치의에게 귀하가 B형 간염 감염자임을 이야기하면 의사는 귀하의 간을 손상시킬 수 있는 의약품을 피할 수 있게 도움을 줄 수 있습니다.

**비만은 지방간을 일으켜 B형 간염을 악화시킬 수 있습니다. 건강한 식단을 섭취하고 운동하여 건강한 체중을 유지하십시오.**

**도움을 받으십시오.** 주치의 및, 귀하가 신뢰할 수 있는 사람들과 귀하의 감정에 대해 이야기를 나누십시오. 감정을 조절하는 데 도움이 필요한 경우, 주치의에게 이야기하시거나 [lifenet.nyc](http://lifenet.nyc)를 참조하여 상담 및 치료 의뢰를 받으십시오.

## 임신과 B형 간염

모든 임산부는 임신 기간 중 B형 간염 검사를 받아야 합니다. 귀하가 임신 중이며 B형 간염 감염자인 경우 분만실 내 의사와 담당직원에게 이야기하십시오. B형 간염 예방을 위해, 신생아는 출생 직후 ~ 분만 후 12시간 경과 전에 B형 간염 백신 주사 1회 및 B형 간염 면역 글로불린 주사 1회를 맞아야 합니다.



## 어린이와 B형 간염

### 제 아이도 B형 간염에 감염될 수 있나요?

네, 그렇습니다. 아기는 어머니가 B형 간염 감염자인 경우 출생 시 B형 간염에 걸릴 위험이 있습니다. 아기가 출생 당일 백신과 면역 글로불린을 접종받으면 감염이 예방될 수 있습니다.

### 제 아이도 B형 간염 예방접종을 받아야 하나요?

네, 그렇습니다. 아이는 B형 간염 감염자와 함께 살거나 감염자의 돌봄을 받는 경우 B형 간염에 걸릴 위험이 있습니다. 예방 접종이 B형 간염을 예방하는 최고의 방법입니다.

- 모든 신생아는 분만실을 나가기 전에 첫 번째 용량(출생 용량)의 B형 간염 백신 접종을 받아야 합니다.
- 모든 아이는 기본 B형 간염 백신 시리즈를 완료해야 합니다.

### 제 아이도 B형 간염 검사를 받아야 하나요?

귀하가 B형 간염 감염자 어머니인 경우 자녀는 B형 간염 백신 시리즈를 완료한 후 B형 간염 검사를 받아야 합니다. 해당 검사는 생후 9개월(이전은 안 됨) 시점에 받아야 합니다.

자녀가 B형 간염 감염자라도 교사, 보육기관, 다른 아이들 또는 해당 부모에게 말할 필요가 없습니다.

- 피가 보이지 않는 한 귀하는 모유를 통해 아기에게 B형 간염을 전파할 수 없습니다.
- 입안에 있던 음식을 나눠주지 마십시오. 아기를 위해 음식을 미리 씹어주지 마십시오.

## 귀하가 B형 간염 감염자임을 알리십시오

B형 간염 감염자로 생활하는 것은 결코 쉽지 않습니다. B형 간염 감염자임을 밝히면 감정을 조절하고 필요한 지원을 받는 데 도움을 받을 수 있습니다.

가까이에 있는 사람에게 B형 간염을 전염시킬 수 있으므로, 주변인에게 이야기하여 검사나 예방 접종을 받을 수 있게 해야 합니다.

모든 사람에게 귀하가 B형 간염 감염자임을 말할 필요는 없습니다. 하지만 성관계 파트너, 가족, 약물 공유자 및 모든 주치의에게 이야기하는 것이 중요합니다.

무료 온라인 서비스([inspot.org](http://inspot.org) 등)에 익명의 이메일을 보내 접촉자에게 검사를 받도록 권고할 수 있습니다.

### 무엇을 말해야 하나요?

가능한 한 많은 정보를 제공하십시오. 이 주제에 대해 논의할 경우 자신감 있고 차분하게 이야기하되, 비난하지 마십시오.

### 반드시 사람들에게 말씀하십시오:

- B형 간염은 출산 시, 성관계 시, 그리고 약물 사용 장비나 개인 생활용품(면도기 등)을 공유함으로써 타인에게 전염될 수 있습니다.
- 귀하가 B형 간염 감염자인지 또는 백신이 필요한지 확인하기 위해 검사를 받으십시오. B형 간염에 대한 안전하고 효과적인 백신이 있습니다.

## B형 간염으로부터 타인을 보호하십시오



- **성관계 시 콘돔을 사용하여** 귀하의 파트너가 B형 예방 접종을 받을 때까지 주의하십시오. 귀하의 파트너는 B형 간염 검사를 받고 필요한 경우 예방 접종을 받아야 합니다.

- **약물을 주입하는 경우 새 기구 또는 멸균 장비나 도구만을 사용하십시오**(바늘, 주사기, 면, 컵, 끈, 면도기, 절단기, 행굼물, 조리 기구, 빨대 또는 파이프 등).
- **항상 새 바늘 또는 멸균된 바늘이** 문신, 침술 또는 주사(예를 들어, 인슐린, 스테로이드 등)용으로 사용되는지 확인하십시오.
- **함께 사는 사람, 성관계 파트너 및 약물이나 주사바늘을 공유한 사람에게 검사를 받고** 필요한 경우 예방 접종을 받도록 권고하십시오.
- 칫솔, 면도기, 바늘, 손톱 다듬는 줄, 손톱깎이, 손톱 가위 또는 귀하의 혈액이 닿았을 수 있는 수건 같은 개인 생활 용품을 공유하지 마십시오.
- 베인 상처와 아물지 않은 상처를 붕대로 보호하고 타인이 귀하의 혈액에 접촉하지 않도록 주의하십시오. 귀하의 혈액이나 체액에 접촉한 후에는 손을 충분히 씻어야 합니다.
- 피를 흘린 곳은 모두 표백제용액(표백제 대 물의 비율 1:9)으로 세척하십시오.
- 혈액, 장기, 조직 또는 정자를 기증하지 마십시오.

**노출 후 예방:** 지인이 최근 B형 간염에 노출된 경우, 즉시 의사에게 연락하여 신체에서 바이러스가 확산하는 것을 막아줄 수 있는 약물인 B형 간염 면역 글로불린에 대해 문의하십시오. 이 약은 노출된 후 7일 이내에 투여해야 효과적입니다.

## 일상적인 접촉은 안전합니다

재채기, 기침, 키스, 포옹, 악수, 대화 또는 식기, 유리컵, 음식이나 식수 공유를 통해서 **B형 간염**이 전염될 수 **없습니다**. B형 간염 감염자라 해도 직장, 학교, 놀이 또는 보육에서 제외되어서는 안 됩니다.



## 정보 및 지원처

### B형 간염에 대한 추가 정보

뉴욕 시 보건부(New York City Department of Health)  
311로 전화주시거나  
[nyc.gov/health/hepatitis](http://nyc.gov/health/hepatitis)를  
참조하십시오.

### B형 간염 재단(Hepatitis B Foundation)

영어: 215-489-4900으로  
전화주시거나  
[www.hepb.org](http://www.hepb.org)를 참조하십시오  
중국어:  
[hepb.org/simplifiedchinese](http://hepb.org/simplifiedchinese)  
프랑스어: [hepb.org/french](http://hepb.org/french)  
한국어: [hepb.org/korean](http://hepb.org/korean)  
스페인어: [hepb.org/spanish](http://hepb.org/spanish)

### 미국 간 재단 (American Liver Foundation)

800-465-4837로 전화주시거나  
[liverfoundation.org](http://liverfoundation.org)를  
참조하십시오

### NYC B형 간염 연합(NYC Hep B Coalition)

[hepfree.nyc](http://hepfree.nyc)를 참조하십시오

### 가까운 의사를 찾으십시오

뉴욕 시 보건부  
[nyc.gov/health/hepatitis](http://nyc.gov/health/hepatitis)를  
참조하거나 877877로 LIVER  
라고 문자를 보내십시오.

### 뉴욕 시 공공병원의 저비용 B형 간염 치료

[nyc.gov/hhc](http://nyc.gov/hhc)를 참조하십시오

### 건강 보험 찾기

### New York State of Health 마켓플레이스

855-355-5777로 전화주시거나  
[nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov)를  
참조하십시오  
중국어: [info.nystateofhealth.  
ny.gov/Chinese](http://info.nystateofhealth.ny.gov/Chinese)  
프랑스어: [info.nystateofhealth.  
ny.gov/French](http://info.nystateofhealth.ny.gov/French)  
한국어: [info.nystateofhealth.  
ny.gov/Korean](http://info.nystateofhealth.ny.gov/Korean)  
스페인어: [info.nystateofhealth.  
ny.gov/Spanish](http://info.nystateofhealth.ny.gov/Spanish)

### ACCESS NYC

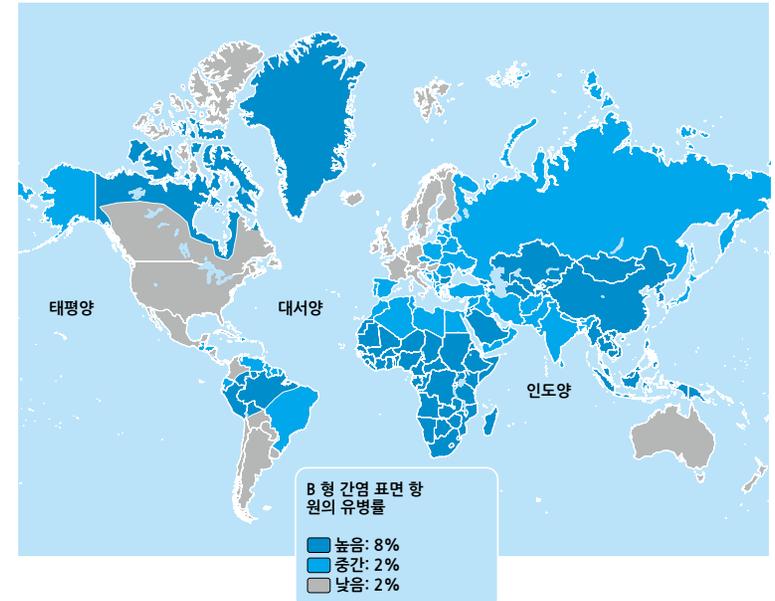
<https://a858-ihss.nyc.gov>를  
참조하십시오

## B형 간염 위험 자가 진단

- 귀하 또는 귀하의 부모는 B형 간염 감염률이 높은 지역에서 태어나셨나요? (다음 페이지의 목록을 참조하십시오.)
- 귀하는 임신 중이신가요?
- 귀하는 B형 간염 감염자와 함께 사시나요?
- 성관계 파트너가 B형 간염 감염자인가요?
- 귀하의 출생 시 어머니가 B형 간염 감염자였나요?
- 간 검사 수치가 비정상이며 그 이유는 모르시나요?
- 귀하에게 간염이 있다고 들어본 적이 있으신가요?
- 귀하가 에이즈 바이러스(HIV) 보균자라고 들은 적이 있으신가요?
- 당신은 남자와 성관계를 맺는 남성인가요?
- 약물을 주입했거나 약물 사용 장비(바늘, 조리 기구, 면, 빨대 또는 행굼물 등)를 공유한 적이 있으신가요?

이 질문 중 어느 하나에 "예"라고 대답한 경우, 귀하는 B형 간염 위험성이 있습니다. 검사를 받기 위해 의사와 상의하거나, 추가 정보를 위해 **877877**번으로 **LIVER**라고 문자를 보내십시오.

## B형 간염이 일반적인 세계의 각 지역



**아프리카 및 아시아:**  
모든 국가

**호주 및 남태평양:**  
호주 및 뉴질랜드를 제외한 모든 국가

**중동:** 키프로스 및 이스라엘을 제외한 모든 국가

**동유럽:**  
헝가리를 제외한 모든 국가

**서유럽:**  
몰타, 스페인 및 그린란드 원주민

**북아메리카:**  
알래스카 원주민 및 북부 캐나다 원주민

**중앙 아메리카:**  
과테말라와 온두라스

**남아메리카:**  
에콰도르, 가이아나, 수리남, 베네수엘라 및 볼리비아, 브라질, 콜롬비아와 페루의 아마존 지역

**카리브해:**  
앤티가 바부다, 도미니카, 도미니카 공화국, 그레나다, 아이티, 자메이카, 세인트 키츠 네비스, 세인트 루시아, 터크스케이커스제도

자세한 내용은 [nyc.gov/health/hepatitis](https://nyc.gov/health/hepatitis)  
877877번으로 LIVER라고 문자를 보내주세요