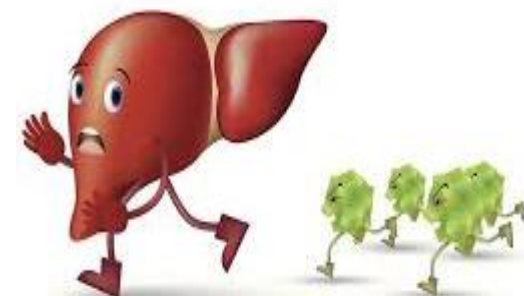


هپاتیت چیست ؟

هپاتیت از نظر لغوی به معنای التهاب کبد است که می تواند در اثر عوامل مختلفی از جمله بسیاری از داروها ، ویروس های مختلف ، بیماریهای خود ایمنی ف مصرف الکل و بیماریهای ژنتیکی پدید آید. هپاتیت ((سی)) نوعی بیماری کبدی است که در اثر عفونت با ویروس هپاتیت ((سی)) رخ می دهد . ویروس هپاتیت ((سی)) در سلولهای کبدی زندگی می کند و موجب التهاب کبد (هپاتیت) می شود . این ویروس همچنین می تواند موجب آسیب های دائمی کبد مثل سیروز (تنبلی کبد) و سرطان کبد شود .

ابتلا به هپاتیت ((سی)) چگونه رخ می دهد ؟

بیماری هپاتیت ((سی)) توسط ویروس هپاتیت ((سی)) ایجاد می گردد . این ویروس پس از تماس فرد با خون بیمار مبتلا به هپاتیت ((سی)) وارد بدن می شود . هپاتیت ((سی)) از خون یک فرد به خون فرد دیگر منتقل می شود . ولی از طریق بغل کردن ، بوسیدن ، سرفه یا عطسه کردن و آب و غذای مشترک منتقل نمی شود . این ویروس در محیط خارج از بدن و درون خون خشک شده نیز به مدت سه ماه زنده می ماند .



امکان انتقال هپاتیت ((سی)) در موارد زیر وجود دارد :

* استفاده از سرنگ ها یا دیگر وسایل که جهت تزریق داروها و مواد غیر مجاز (مواد مخدر) بصورت مشترک به کار می روند . این روش شایعترین روش انتقال هپاتیت ((سی)) در بسیاری از کشورهاست و در معتادان تزریقی شایعتر است .

* تماس با خون فرد آلوده به هپاتیت ((سی))

* تزریق خون و فرآورده های خونی آلوده

* خالکوبی ، حجامت ، تاتو کردن ، سوراخ کردن گوش ، خدمات پزشکی و دندانپزشکی در محل های نامطمئن و با وسایل آلوده

* تماس پزشکان ، پرستاران و کارکنان مراکز بهداشتی درمانی با خون فرد آلوده

* در موارد نادر از مادر آلوده به هپاتیت ((سی)) به نوزادش در حین زایمان

* اگر به ابتلای خود به هپاتیت ((سی)) مشکوک هستید ، از اهدای خون خودداری کرده و آزمایش بدهید .

شایعترین راه انتقال این بیماری روش تزریقی است که بیش از 50 درصد موارد را شامل می شود . انتقال هپاتیت ((سی)) از راه جنسی نیز منتقل می شود .

آیا واکسنی برای جلوگیری از انتقال هپاتیت ((سی)) وجود دارد ؟

تا کنون واکسنی ساخته نشده که بتواند در برابر هپاتیت ((سی)) مصونیت ایجاد کند .

علائم بیماری

* خستگی

* تب

* سردرد

* گلودرد خفیف

* کاهش اشتها

* تهوع و استفراغ

* درد قسمت فوقانی راست شکم (روی کبد)

* درد مفاصل

* خارش پوست

* درد عضلانی

* ادرار پر رنگ و زردی (حالتی که در آن پوست و سفیدی چشم بیمار به سمت زردی می رود)

هپاتیت ((سی)) به آهستگی موجب آسیب کبد بیمار می شود حدود 85 درصد افرادیکه وارد مرحله مزمن بیماری می شوند دچار آسیب شدید کبدی می شوند .

تشخیص بیماری

تشخیص بیماری از طریق آزمایش خون است .





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی
بیمارستان پورسینا

پیشگیری و خود مراقبتی در هپاتیت C ((سی))



واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

با آرزوی سلامتی

تاریخ ابلاغ: مرداد 1399

تاریخ بازنگری: -

آدرس وب سایت بیمارستان:

nkums.ac.ir/category/15413

* در صورتیکه به این بیماری مبتلا هستید ، خون پلاسما ، اعضای بدن یا بافت اهدا نکنید .

* از خالکوبی ، حجامت ، تاتو کردن ، سوراخ کردن گوش ، خدمات پزشکی و دندانپزشکی در محل های نامطمئن و با وسایل آلوده خودداری کنید .

* مادران باردار مبتلا به هپاتیت ((سی)) برای پیشگیری از ابتلای نوزادشان ، به پزشک خود اطلاع دهند .

توصیه های کلی به متلایان به هپاتیت ((سی))

1- هرچه زودتر برای درمان موثر و ریشه کنی هپاتیت ((سی)) خود اقدام کنید .

2- داروها را مطابق نظر پزشک مصرف کنید .

3- از استعمال الکل و دخانیات خودداری کنید .

4- وزن خود را ایده آل نگه دارید و از چاقی و مصرف چربی زیاد خودداری کنید .

گرچه هپاتیت ((سی)) یک بیماری خطرناک است ولی با درمان مناسب و تحت پیگیری بودن منظم پزشک و مراقبت از خود ، این افراد می توانند زندگی فعال و عادی داشته باشند ولی باید همواره به یاد داشته باشیم که پیشگیری بسیار آسانتر و کم هزینه تر از درمان است .

خود مراقبتی و پیشگیری از هپاتیت ((سی))

* معنادان تزریقی از سرنگ و وسایل یگبار مصرف استفاده کنند و از مصرف سرنگ و وسایل مشترک جدا خودداری کنند .

* با توجه به اینکه موارد ((هپاتیت سی)) ناشی از تماس جنسی غالباً در افرادی که شرکای جنسی متعدد دارند دیده می شود . بهترین راه پیشگیری در این مورد نداشتن روابط جنسی پر خطر می باشد .

* در صورتیکه لباس یا هر شیء دیگری به خون فرد آلوده آغشته شود ، در ابتدا باید خون را با آب سرد در حالی که دستکش به دست است کاملاً شسته شود . چون ویروس در خون خشک شده هم تا مدتی باقی می ماند ، بنابراین باید خون کاملاً پاک شود . سپس با دو روش می توان وسیله را ضد عفونی کرد :

1- استفاده از مواد ضد عفونی کننده مانند مایعات سفید کننده و مواد کلر دار برای مدت 20 دقیقه

2- جوشاندن برای مدت 20 تا 30 دقیقه

* از سرنگ مشترک استفاده نکنید .

* از ریش تراش ، مسواک و لوازم آرایشی یا لوازم شخصی دیگران بطور مشترک استفاده نکنید .

* مواظب باشید در داخل خانه به صورت اشتباهی از مسواک یکدیگر به صورت مشترک استفاده نکنید . بهتر است محل نگهداری مسواک ها و رنگ آنها متفاوت باشد .