

هیپاتیت چیست؟

هیپاتیت، التهاب کبد است. که به دلیل مسمومیت با داروها، بیماری های خود ایمنی، و ویروس ها ایجاد می شود. هیپاتیت به دو شکل اساسی نمایان میشود: هیپاتیت حاد (کوتاه مدت) و هیپاتیت مزمن (متجاوز از ۶ ماه). در هیپاتیت حاد، ممکن است کبد، بصورت خیلی ناگهانی ملتهب شود و تهوع، استفراغ، تب و بدن درد عارض شود و یا اینکه هیچ یک از این علائم ظاهر نشود. هیپاتیت حاد در طی چند روز تا چند هفته بهبود می یابد. چنانچه التهاب، در طی ۶ ماه بهبود نیابد، هیپاتیت، مزمن خواهد بود.

چگونه هیپاتیت، کبد را تحت تاثیر قرار میدهد؟

کبد، ضایعات موجود در خون شما را متلاشی میکند. زمانی که کبد ملتهب میشود، وظیفه خود را در پاکسازی خون، بخوبی انجام نمیدهد. یکی از ضایعات خونی، بیلی روبین نام دارد که در صورتی که کبد بدرستی کار نکند شروع به افزایش در خون و بافتها میکند، در نتیجه پوست شخص مبتلا به هیپاتیت به رنگ زرد پرتقالی در می آید. این حالت، یرقان نامیده میشود. بیلی روبین و مابقی ضایعات باعث خارش، تهوع، تب و بدن درد میشود.

هیپاتیت آ (هیپاتیت A) چیست؟

هیپاتیت آ، توسط ویروس هیپاتیت آ ایجاد میشود که منجر به التهاب کبد شده و درد و تورم کبد را بدنبال خواهد داشت. هیپاتیت آ با بقیه انواع هیپاتیت فرق میکند و معمولاً خطرناک نبوده و به هیپاتیت مزمن و سیروز (مثل آنچه در هیپاتیت ب و ث دیده میشود) تبدیل نمیشود.

چگونه هیپاتیت آ گسترش می یابد؟

هیپاتیت آ، معمولاً از طریق تماس با مدفوع آلوده گسترش می یابد. تماس نزدیک با فرد آلوده (برای مثال تعویض کهنه یا تماس جنسی) باعث ابتلا به عفونت میشود حتی اگر فرد آلوده هیچ علائمی نداشته باشد. در واقع هیپاتیت آ قبل از ظهور علائم، خیلی مسری است. خوردن غذای آلوده یا نوشیدن آب آلوده نیز باعث ابتلا خواهد شد. ویروس، روی دستها، در آب و در خاک میتواند زنده بماند

علائم هیپاتیت آ چیست؟

ویروس هیپاتیت آ، یک ماه قبل از ظهور علائم، در بدن شما وجود دارد. علائم زیر میتوانند یکباره ظهور پیدا کنند :

- تهوع - استفراغ - یرقان (زرد شدن پوست و سفیدی چشمها) - تب پایین - خستگی - درد شکم علی الخصوص سمت راست - ادرار تیره رنگ - از دست دادن اشتها - درد عضلانی

مهم است بدانید که بعضی از بیماران هیچ گاه علامتی از خود بروز نمیدهند. علائم در بچه های کوچکتر ممکن است خیلی خفیف باشد در حالی که در بچه های بزرگتر و جوانان، خیلی شدید باشد. مراجعه به پزشک و انجام تست خونی، وجود بیماری و یا عدم وجود آنرا مشخص خواهد کرد.

هیپاتیت آ چگونه درمان میشود؟

داروی مشخصی برای درمان هیپاتیت آ وجود ندارد. استراحت کافی، رژیم غذایی متعادل و پرهیز از مصرف الکل و داروهایی مثل استامینوفن. برای مصرف هر داروی غیر نسخه ای دیگری در این شرایط، با پزشک یا داروساز مشورت کنید.

چنانچه آب بدن بیمار از دست رفته است، درد شدید دارد و یا مشکلات خونی پیدا کرده است، شاید لازم به بستری شدن کوتاه مدت باشد.

روشهای پیشگیری از هیپاتیت آ :

- تزریق واکسن که برای افراد بالای ۲ سال ایمن میباشد و تا ۲۰ سال، ایجاد مصونیت میکند.
- شستشوی دستها با صابون و آب گرم قبل و بعد از آشپزی، بعد از توالیت و تعویض کهنه بچه
- شستشوی صحیح میوه و سبزیجات قبل از مصرف و نیز پختن کامل گوشت و ماهی

- در صورت تماس با افراد مبتلا به هیپاتیت آ، چنانچه قبلاً واکسن دریافت نموده اید و یا قبلاً مبتلا نشده اید، بیدرنگ به پزشک مراجعه کنید.

راه های منتقل شدن هیپاتیت B

از مهم ترین دلایل راه های ابتلا به این بیماری داشتن رابطه جنسی کنترل نشده و تماس با فرد آلوده به این بیماری است تماس پیدا کردن با خون یا مایعات بدن فرد آلوده استفاده مشترک از سوزن های تزریقی تماس با خون، مایع منی، ترشحات واژینال و خون قاعدگی خالکوبی و یا هر نوع خراشیدگی و یا سوراخ کردن با وسایل آلوده و آغشته به خون استفاده از مسواک آلوده به این ویروس منتقل شدن بیماری از راه مادر به نوزاد

اما باید بدانید که این ویروس به هیچ عنوان از راه هایی همچون دست دادن با فرد آلوده، سرفه، بغل کردن و ... منتقل نخواهد شد. در موارد نادر نیز استفاده از برخی از داروها و یا تماس پیدا کردن با برخی مواد شیمیایی فرد می تواند به هیپاتیت B مبتلا شود.

چه کسانی در معرض خطر این بیماری هستند؟

- * کسانی که واکسن هیپاتیت B نزده اند.
- * کسانی که شرکای جنسی آنها به هیپاتیت B مبتلا است.
- * افرادی که شرکای جنسی متعدد دارند.
- * بیمارانی که دیالیز می شوند.
- * افراد مبتلا به نقص ایمنی
- * کارکنان مراکز بهداشتی و آزمایشگاه ها
- * معتادانی که از سرنگ های مشترک استفاده می کنند.

علائم هیپاتیت ب چیست؟

- از دست دادن اشتها تهوع- استفراغ - ضعف و خستگی -
- درد شکم بخصوص اطراف ناحیه کبد - تیره شدن ادرار -
- یرقان - درد مفاصل

عوارض هیپاتیت ب مزمن چیست ؟

در بعضی افراد، هیپاتیت مزمن میتواند تبدیل به سیروز کبدی شود. در این حالت سلولهای کبدی از بین میرود و با بافت آسیب دیده و چرب، جایگزین میشود. فعالیت قسمتهای آسیب دیده متوقف میشود و در نتیجه ضایعات بدن تصفیه نمیشوند. سیروز میتواند به نارسایی کبدی و حتی سرطان کبد، منجر شود. هیپاتیت ب میتواند زمینه را برای ابتلا به هیپاتیت د (هیپاتیت D) مستعد کند. هیپاتیت د، تنها در افرادی که هیپاتیت ب دارند گسترش می یابد و میتواند علائم هیپاتیت ب را بدتر کند. هیپاتیت د از طریق تماس با خون آلوده یا بقیه مایعات بدن فرد آلوده به این نوع هیپاتیت، گسترش می یابد.

آیا هیپاتیت ب قابل پیشگیری است؟

بهترین راه پیشگیری، ارتباط جنسی محافظت شده (استفاده از کاندوم) و پرهیز از استفاده مشترک از سرنگ هاست.

برای پیشگیری، واکسن نیز وجود دارد. امروزه، تزریق این واکسن به تمام نوزادان در طی یک سال اول زندگی صورت میگیرد. این واکسن، ایمن بوده و در طی 6 ماه نیاز به 3 تزریق است. واکسن به تمام افراد در معرض خطر مثل کارکنان بهداشتی، تمام بچه ها، افرادی که به مناطق پر خطر از نظر شیوع این بیماری سفر می کنند، استفاده کننده های دارو و به افرادی که شرکای جنسی متعدد دارند تزریق میشود.

نکات آموزشی :

- *توصیه به استراحت در بستر تا زمان فروکش کردن نشانه های هیپاتیت. گاهی اوقات 3 تا 4 ماه طول میکشد.
- *توصیه به تغذیه مطلوب: در مرحله حاد بیماری، محدودیت پروتئین و چربی و در مرحله بهبودی توصیه به مصرف رژیم پرکالری، پرپروتئین و چربی متعادل و ویتامین ها و املاح
- *غذا به وعده های زیاد و با حجم کم مصرف شود.
- *از آنتی اسیدها و ضداسفراغ های تجویز شده استفاده شود. در صورت استفراغ از مصرف همه داروها اجتناب شود.
- *از مصرف الکل اجتناب شود.
- *از تماس جنسی اجتناب شود یا این که در هنگام مقاربت از کاندوم استفاده شود.

*به بیمار توصیه میشود در صورت مراجعه به دندانپزشک، آزمایشگاه پزشکی و اصولا هر جای دیگری که امکان انتقال ویروس به دیگران وجود دارد حتما آنها را از مثبت بودن خود آگاه کند و کارت مخصوص را به آنان نشان دهد.

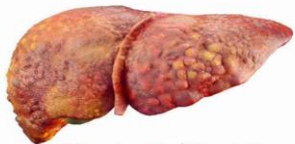
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز



بیمارستان شهید چمران



بیماری هیپاتیت چیست



کبد مبتلا شده به هیپاتیت



کبد سالم

شناسنامه پمفلت آموزشی		کد : PM-06-108-A
عنوان	هیپاتیت چیست ؟	
تهیه کننده	آذر محمدی کارشناس پرستاری	
تأیید کننده	کارگروه آموزش به بیمار	
سال تهیه : 1401	سال بازبینی : 1405	
منبع :	اصول آموزش به بیمار - تالیف محبوبه صفوی چاپ سوم 1400 آموزش به بیمار و خانواده - تالیف فاطمه غفاری - زهرا فتوکیان چاپ سوم 1400	
پزشک تایید کننده دکتر سید علی هاشمی متخصص ارتوپدی	 	
ناظر کیفی دکتر سید عباس رخصامتخصص نروسر جری	 	