

هپاتیت چیست؟

هپاتیت، التهاب کبد است. که به دلیل مسمومیت با داروها ، بیماری های خود ایمنی ، و ویروس ها ایجاد می شود. هپاتیت به دو شکل اساسی نمایان میشود: هپاتیت حاد (کوتاه مدت) و هپاتیت مزمن (متجاوز از ۶ ماه). در هپاتیت 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. هپاتیت حاد در طی چند روز تا چند هفته بهبود می یابد . چنانچه التهاب، در طی ۶ماه بهبود نیابد، هپاتیت، مزمن خواهد بود .

چگونه هپاتیت، 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 هپاتیت 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 .

هپاتیت آ (هپاتیت A) چیست؟

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

چگونه هپاتیت آ گسترش می یابد؟

هپاتیت 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 هپاتیت 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 هپاتیت آ چیست؟

ویروس هپاتیت 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.

هپاتیت آ چگونه درمان میشود؟

داروی مشخصی برای درمان هپاتیت 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 هپاتیت آ :

- تزریق واکسن که برای افراد بالای ۲سال ایمن میباشد و تا ۲۰ سال، ایجاد مصونیت میکند .

- شستشوی دستها با صابون و آب گرم قبل و بعد از آشپزی، بعد از توالت 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 هپاتیت آ، چنانچه قبلاً واکسن دریافت ننموده اید ویا قبلاً مبتلا نشده اید، بیدرنگ به پزشک مراجعه کنید .

راه های منتقل شدن هپاتیتB

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 هپاتیت B مبتلا شود.

چه کسانی در معرض خطر این بیماری هستند ؟

✱کسانی که واکسن هپاتیت B نزده اند.

✱کسانی که شرکای جنسی انها به هپاتیتB 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 هپاتیت ب چیست؟

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

عوارض هپاتیت ب مزمن چیست ؟

در بعضی افراد، هپاتیت 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. هپاتیت ب میتواند زمینه را برای ابتلا به هپاتیت د (هپاتیت D) مستعد کند. هپاتیت د، تنها در افرادی که هپاتیت ب دارند گسترش می یابد و میتواند علائم هپاتیت ب را بدتر کند. هپاتیت د از طریق تماس با خون آلوده یا بقیه مایعات بدن فرد آلوده به این نوع هپاتیت، گسترش می یابد.

آیا هپاتیت 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 هپاتیت. 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 پزشک 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

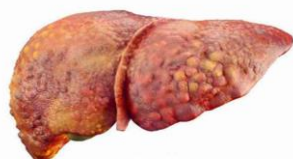


بیمارستان شهید چمران

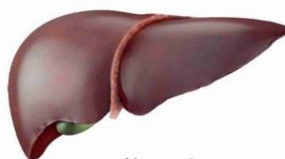


بیماری هپاتیت

چیست



کبد مبتلا شده به هپاتیت



کبد سالم

شناسنامه پمفلت آموزشی		کد : PM-06-108-A	
عنوان		هپاتیت چیست ؟	
تهیه کننده		آذر محمدی کارشناس پرستاری	
تأیید کننده		کارگروه آموزش به بیمار	
سال تهیه : ۱۴۰۱	سال بازبینی : ۱۴۰۳	بازبینی مجدد: ۱۴۰۷	
منبع :		اصول آموزش به بیمار - تألیف محبوبه صفوی چاپ سوم ۱۴۰۰ آموزش به بیمار و خانواده - تألیف فاطمه غفاری - زهرافتوکیان چاپ سوم ۱۴۰۰	
پزشک تاییدکننده دکتر سید علی هاشمی			
ناظر کیفی دکتر سید عباس رخشا			