کتابچه ی هپاتیت

واحد آموزش سلامت بیمارستان شریعتی زاوه

پاییز۱۴۰۳



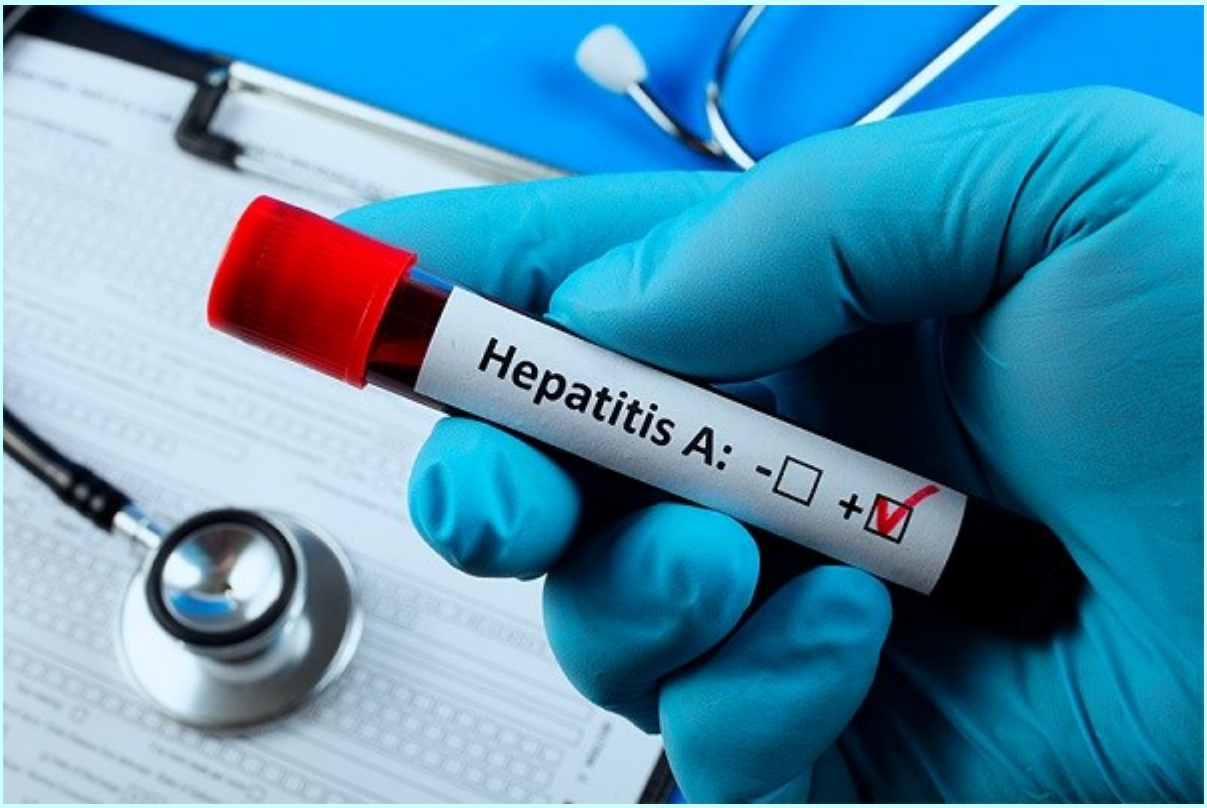
بیماری هپاتیت در نتیجه . التهاب و تخریب بافت کبد به علت عوامل ویروسی ، دارویی ، چاقی و چربی ، الکل ، سموم و یا تهاجم سیستم ایمنی بدن رخ می‌دهد. این بیماری انواع مختلفی دارد که هرکدام علائم خاص خود را داراست .به مناسبت هفته اطلاع رسانی هپاتیت که برابر است با ۱ تا ۷ آبان ماه،.

بیماری هپاتیت چیست؟

کبد بزرگ ترین ارگان موجود در بدن ؛ وظایفی چون دفع سمـوم ، ذخیره انرژی ، مبارزه با عفونت ها و توقف خونریزی را بر عهده دارد. التهاب و تخریب بافت کبد به علت عوامل ویروسی، دارویی، چاقی و چربی، الکل، سموم و یا تهاجم سیستم ایمنی بدن (اتوایمیون) را هپاتیت می گویند. هپاتیت از نظر لغوی به معنای التهاب کبد است که می تواند در اثر عوامل مختلف از جمله بسیاری از داروها، ویروس های مختلف، بیماری های خودایمنی و بیماریهای ژنیتکی پدید آید. این بیماری که در اثر A ،B ،C ،D و E که عبارتند از: هپاتیت .ویروس ها ایجاد می‌شود شامل انواع مختلفی است

هپاتیت A

هپاتیـت Aو E از آب و مـوادغـذایی منتـقل می شود. بسیاری از عفونت ها بدون علامت هستند، برخی خفیف و بدون زردی هستند. ممکن است به صورت طول کشنده یا عود کننده تا یکسـال ادامـه پیـدا کند. اما هـرگز مزمن نمی شود اصلی ترین راه انتقال مدفوعی- دهانی است. انتقال مستقیم در همجنس بازان مرد گزارش شده است، ایمنی ناشی از بیماری تا آخر عمر باقی می ماند.



هپاتیتE

علائم بالینی مشابه هپاتیت A است و فرم مزمن ندارد . بیش از 50٪ بیماران تب دارند. دردهای مفصلی در این بیماری شایع تر است . در زنان باردار مرگ و میر بالایی دارد. بسیاری از همه گیری ها در اثر آب آلـوده است. ایمنی حاصل از بیماری کوتاه مدت است.

علائم بالینی و تشخیص

شروع ناگهانی تب، دردشکم، تهوع، استفراغ و گاهی بثورات جلدی و درد التهاب مفاصل دیده می شود. زردی، ادرار تیره، بی اشتهایی، ضعف، خستگی مفرط، درد و حساسیت در قسمت بالا و راست شکم از سایر علائم است.

اقدامات لازم برای اطرافیان

رعایت بهداشت فردی، شستشوی دست ها به طور مرتب مخصوصا پس از استفاده از توالت و قبل از خوردن غذا. در مهدکودک ها پس از تعویض پوشک و قبل از خوردن غذا حتما دستها به خوبی شسته شوندو در صورت مشاهده موردی از هپاتیت A در یک مرکز، باید به مرکز بهداشت منطقه گزارش شود که اقدامات لازم را انجام دهند.

کسانی که به مناطق آندمیک سفر می کنند می توانند از تزریق ایمنو گلوبولین استفاده کنند. استفاده از سرنگ و سوزن یکبار مصرف (با وجود اینکه انتقال از این راه به ندرت گزارش شده است) توصیه می شود. افرادیکه با بیمار تماس داشته اند باید توسط پزشک معاینه شوند تا در صورت ابتلا تحت درمان قرار گیرند.

اقدامات محیط

- ضدعفونی کردن و تخلیه صحیح و بهداشتی فضولات انسانی.
- نیازی به قرنطینه بیمار نیست.
- تهیه غذا باید به روش بهداشتی و پس از شستن دستها انجام شود و از آلودگی آب و غذا با مواد دفعی جلوگیری شود.
- در صورت مشاهده هپاتیت A در یک خانواده بقیه افراد خانواده و کلیه ی کسانی که با بیمار سر و کار داشته اند باید به پزشک متخصص عفونی مراجعه و تحت معاینه و بررسی لازم قرار گیرند.
- غذاهای دریایی باید به مدت 4 دقیقه در حرارت 85 الی 90 درجه سانتیگراد (یا 90 ثانیه در مسیر بخار آب) قرار گرفته و سپس مصرف شوند.
- استفاده از آب آشامیدنی سالم و دفع صحیح فضولات انسانی بسیار مهم است .در صورتی که آب لوله کشی در جایی در دسترس نبود جوشاندن آب یا کلر زنی قبل از مصرف بسیار ضروری است.

بیماری هپاتیتC

هپاتیت B و C شایع ترین انواع هپاتیت ویروسی هستند.

درمان

- درمان اختصاصی ندارد و درمان نگه دارنده انجام می شود.
- استراحت نسبی و رعایت رژیم غذایی مناسب، در حد تحمل بیمار در دفعات مکرر و با حجم کم باید تنظیم شود (کم چربی و پرکربوهیدرات)

- برای افراد آلوده به ویروس باید مشاوره کامل از نظر موارد زیر انجام شود : منشا احتمالی آلودگی، سیر طبیعی بیماری، علائم احتمالی، توصیه های لازم برای پیشگیری از انتقال به سایرین.

هپـاتیـت قـابل پیشگیـری اسـت.

چگونه به هپاتیت C مبتلا می شویم؟

- تماس با خون آلوده
- در معتادان تزریقی با استفاده از سوزن های مشترک
- از طریق انتقال خون و اعضای اهدایی آلوده
- بی بند و باری جنسی

بیماری هپاتیت از چه راه های سرایت پیدا نمی‌کند؟

- تماس های معمول مانند دست دادن ، بغل کردن ، بوسیدن و ... و استفاده از وسایل زندگی مانند قاشق و بشقاب
- استفاده از مسواک مشترک ، مگر در صورت وجود خونریزی از لثه
- شیردهی ، مگر در صورت وجود زخم و خراش و خونریزی از نوک سینه
- تماس های جنسی داخل خانواده بسیار به ندرت سبب انتقال ویروس می شود.
- همچنین انتقال ویروس از مادر آلوده به نوزاد در زمان زایمان در موارد نادر دیده شده است.
- تمـاس های معمـول و استفـاده از وسـایل زندگی مشترک سبب انتقال بیمـاری نمی شود.

راه های پیشگیری از هپاتیت C چیست؟

بیماری هپاتیت C واکسن ندارد اما می توان با اقداماتی از ابتلا به آن پیشگیری نمود:

- عدم استفاده از سرسوزن تزریقی مشترک
- استفاده از دستکش پلاستیکی جهت پرسنل شاغل در مراکز بهداشتی درمانی
- اطمینان از تمیز بودن وسایل در صورت تاتو کردن یا خالکوبی ، درمان با طب سوزنی و...
- پرهیز از بی بند و باری جنسی

نکته قابل توجه : استفـاده از لوازم شخصی خصوصا در آرایشگاه ها می تواند در جلوگیـری از هپـاتیت Cموثر باشد.

علائم بیماری هپاتیت C چیست؟

هپاتیت Cاغلب بدون علامت است و اکثرا به صورت اتفاقی طی آزمایشات معمولی و یا اهدای خون تشخیص داده می شود. بالا بودن آنزیم های کبدی می‌تواند اولین علامت بیماری باشد. اگر بیماری علامت دار شود شایع ترین علائم عبارتند از:

- زردی (زرد شدن سفیدی چشم و پوست)
- خستگی
- درد مفاصل

- دل درد
- خارش پوست
- درد عضلانی
- تیره شدن ادرار

هپـاتیت C اغلب بـدون عـلامـت است و به صورت اتفـاقی تشخیص داده می شود

آزمون های تشخیصی هپاتیت C چیست؟

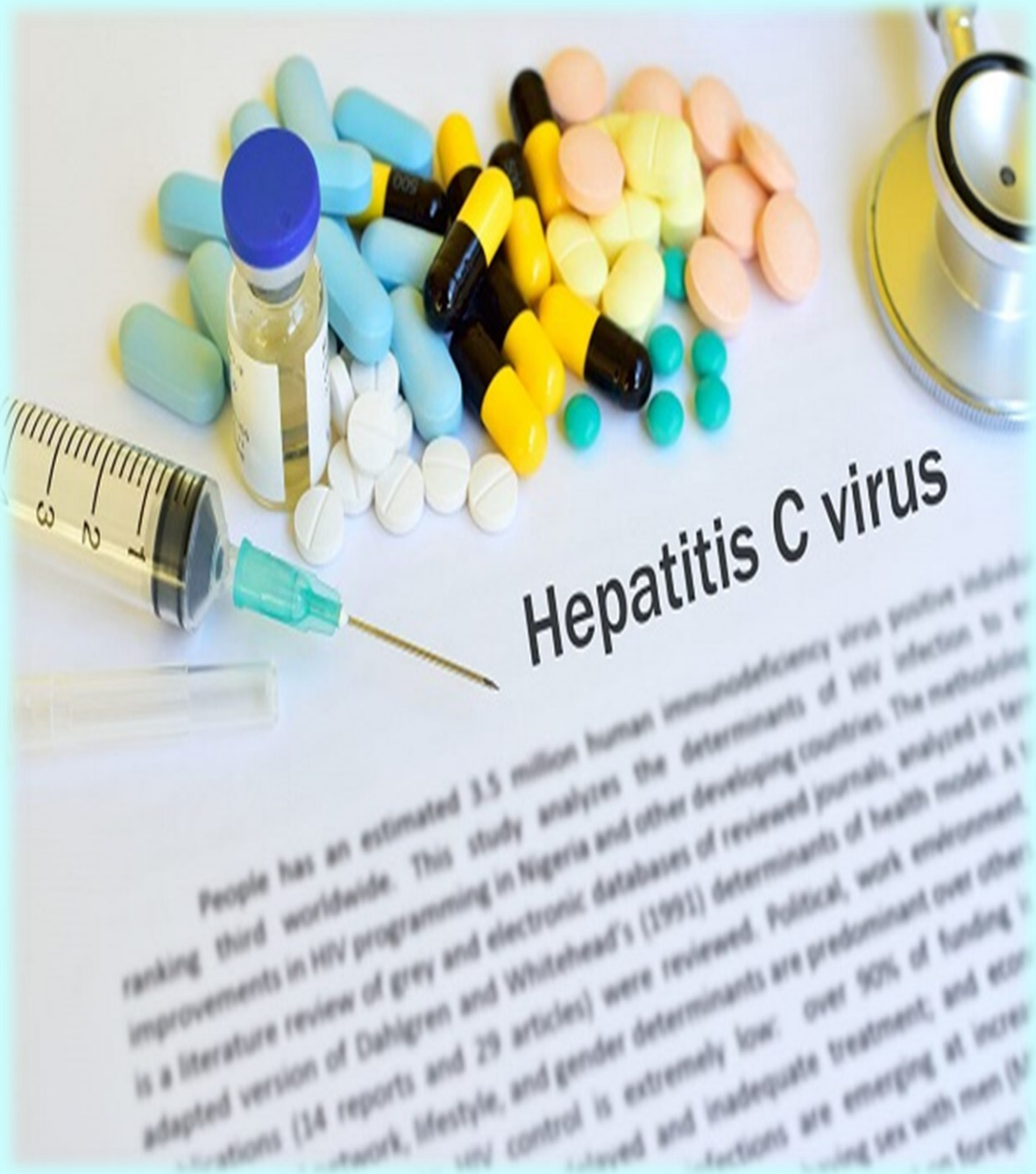
- گرفتن شرح حال و انجام معاینه دقیق پزشک
- آزمایش خون جهت بررسی وجود آنتی بادی ضد ویروس در صورت شک به هپاتیتC
- در صورت مثبت بودن نتیجه این آزمایش؛ آزمایش بررسی ژنتیکی ویروس
- در صورت مثبت بودن آزمایشات فوق؛ ممکن است پزشک بیوپسی (نمونه گیری) از کبد انجام دهد.

چگونه با بیماری کنار بیاییم ؟

هپاتیت C بسیار آرام پیشرفت می کند و ممکن است چند دهه بدون علامت باشد و شما سال ها می توانید زندگی طبیعی داشته باشید. هپاتیت C قابل درمان و کنترل است و در صورت بروز علائم ؛ درمان می تواند به شما کمک کند. در صورت رعایت نکات بهداشتی می توان از ابتلای اعضای خانواده به هپاتیت C جلوگیری کرد.

راه‌های انتقال ویروس هپاتیتC

اگرچـه بیماری هپـاتیت درمـان دارد ولی پیشگیـری از آن در اولـویت است. یکی از راه های تشـخیص بیماری هپاتیت C آزمـایش خـون است. ویروس هپاتیت C یک ویروس است که این ویروس به‌جز خون، در سایر مایعات بدن فرد مبتلا نیز وجود دارد، ولی بالاترین میزان آن در خون است .


Hepatitis C virus

راه‌های انتقال این ویروس عبارتند از:

.1خون آلوده

شایع ترین راه انتقال ویروس هپاتیت C از این طریق می‌باشد. خون آلوده به ویروس به صورت زیر قابل انتقال است :

- استفاده مشترک از وسایل تزریقی آلوده سرنگ و سوزن مشترک و قاشق تزریق، فیلتر و پایپ مشترک
- استریلیزاسیون نامناسب یا استفاده مجدد از وسایل پزشکی غیر استریل)مانند سرنگ وسوزن
- تزریق خون یا فرآورده‌های خونی غربال نشده
- خالکوبی/ تاتو و سوراخ کردن بدن با وسایل آلوده
- تماس اتفاقی شغلی/غیر شغلی با سوزن و سرنگ آلوده (حتمال آن پایین و حدود 1 در 30 است) پرسنل بهداشتی درمانی از جمله پرستاران و کارکنان آزمایشگاه‌ها به علت تماس نزدیک و مداوم با خون و مایعات بدنی آلوده به خون در معرض خطر بیشتری هستند
- تیغ ریش تراشی، قیچی و ماشین اصلاح مشترک در صورتی که آلودگی آن با خون فرد مبتلا تمیز نشده باشد و بلافاصله استفاده شوند، می‌توانند عامل خطرزا باشند، هرچنداحتمال آن پایین است
- استفاده از مسواک آلوده به طور مشترک

هرچند انتقال ویروس هپاتیت C از راه مواجهه مخاطی یا مواجهه پوست ناسالم تایید نشده، ولی گزارش‌های نادری از انتقال این ویروس به دنبال پاشیدن خون به درون ملتحمه وجود دارد که در یکی از این گزارشات، به نظر می‌رسد که انتقال هم زمان هپاتیت C و HIV رخ داده شده باشد .

.2ارتباط جنسی

- احتمال انتقال ویروس هپاتیت C از طریق ارتباط جنسی) خصوصاً، رابطه جنسی در حالت تک همسری(خیلی پایین است. ولی در صورتی که ارتباط جنسی منجر به مواجهه فرد با خون شود)برای مثال در مردانی که با سایر مردان ارتباط جنسی دارند، به ویژه افراد دارای عفونت HIV یا دریافت کنندگان داروی پروفیلاکسی قبل از مواجهه برای)HIV ، ویروس می‌تواند منتقل شود.
- احتمال انتقال ویروس بیماری در صورت وجود خون در حین ارتباط جنسی)نظیر خون قاعدگی(یا وجود خون، حتی اندک، در حین تماس‌های مقعدی افزایش می‌یابد.
- خطر انتقال ویروس در مردان دارای ارتباط جنسی با سایر مردان، بیشتر است.
- احتمال انتقال این ویروس در صورت وجود هر نوع زخم در ناحیه تناسلی)به دلیل‌عفونت‌های آمیزشی(یا وجود عفونت همزمان با HIV ، افزایش می‌یابد.

.3انتقال از مادر به فرزند انتقال عمودی یا ورتیکال

- به انتقال ویروس از مادر به فرزند در دوران بارداری، زایمان یا دوران نوزادی گفته می‌شود. این راه انتقال شایع نبوده و در مطالعات بزرگ بین 0-4 ٪ برآورد می‌شود.
- حدود یک سوم تا نیمی از موارد هپاتیت C که از مادر به فرزند انتقال می یابد در داخل رحم و قبل از آخرین ماه بارداری رخ می‌دهد. بقیه موارد انتقال در آخرین ماه بارداری یا در حین زایمان صورت می‌گیرد.
- نتایج برخی مطالعات نشان می‌دهد؛ وقتی مادر باردار به طور همزمان به عفونت‌های HIV و هپاتیت C مبتلا باشد، احتمال انتقال ویروس هپاتیت C دو برابر زمانی است که مادر فقط به هپاتیت C مبتلا باشد.

- به نظر نمی‌رسد که ویروس از طریق شیر مادر منتقل شود.
- این بیماری در هر کشور می‌تواند در جمعیت‌های خاص متمرکز شود. اصلی‌ترین گروه‌های در معرض خطرابتلای به هپاتیت C در ایران به ترتیب عبارتند از: مصرف کنندگان تزریقی مواد و افراد دارای رفتارهای پر خطر جنسی و نیز افراد مبتلا به هموفیلی، تالاسمی و بیماران تحت دیالیز

راه‌های عدم انتقال ویروس

ویروس هپاتیت C از راه‌های زیر منتقل نمی‌شود:

- دست دادن و بوسیدن فرد مبتلا
- استفاده از ظروف و وسایل غذاخوری مشترک
- معاشرت معمولی در محل کار و منزل از راه هوا
- عطسه و سرفه
- استفاده از سرویس بهداشتی مشترک
- شنا کردن در یک استخر
- شیردهی

علائم بیماری

عفونت با هپاتیت C به دو شکل حاد و مزمن دیده می‌شود: 1. عفونت حاد: عفونت حاد هنگامی اطلاق می‌شود که ابتلای فرد در طی 6 ماه پس از مواجهه با ویروس، تشخیص داده شود. در اکثر موارد، ابتلای به عفونت حاد بدون علامت است.

در صورت وجود علامت، شایع ترین علائمی که در این عفونت دیده می‌شود عبارتند از:

- علائم شبه آنفولانزا از جمله درد عضلانی و تب بالای 38 درجه سانتیگراد، احساس خستگی
- بی اشتهایی
- درد شکم
- احساس کسالت و ناخوشی و تهوع
- زردی در چشم و پوست

هپاتیت ویروسی یکی از عوامل مهم مرگ زودرس انسان است. بر اساس تخمین سازمان جهانی بهداشت 5٪ مردم دنیا ناقل هپاتیت B هستند. کشندگی بیماری 1٪ است. هپاتیت B و C و D عمدتا از طریق خون و ترشحات منتقل می شوند سایر ویروس هایی که تا کنون به عنوان عوامل ایجاد هپاتیت خون زاد شناسایی شده اند ویروس های A و E و G هستند. در نواحی با شیوع بالا اغلب موارد آلودگی در زمان تولد اتفاق می افتد. در سایر نواحی جهان بیشتر موارد آلودگی پس از بلوغ، طی تماس با خون و سایر ترشحات آلوده اتفاق می افتد. حداکثر شیوع سنی بیماری در گروه سنی 49-30 سال است.

علائم بالینی و تشخیص هپاتیت حاد یا مزمن

ویروس های مولد هپاتیت، باعث ایجاد هپاتیت حاد و یا مزمن در بیماران می شوند.

- هپاتیت حاد : معمولا یک دوره علائم سرماخوردگی، تب، دردشکم، تهوع، استفراغ، گاهی بثورات جلدی و درد و التهاب مفاصل دیده می شود. زردی ناگهانی، ادرار تیره، بی اشتهایی، ضعف، خستگی مفرط، درد و حساسیت در قسمت بالا و راست شکم مشاهده می شود. معمولا زردی 1-3 ماه بعد از بیماری از بین می رود
- هپاتیت مزمن : افزایش آنزیمهای کبدی تا 5 برابر و اغلب بیماران مبتلا به هپاتیت مزمن B بدون علامت هستند مگر اینکه به سمت سیروز کبدی پیشرفت کنند.

بیماری هپاتیتB

هپاتیت Bدر 70٪ موارد آلودگی به صورت بدون علامت یا بدون یرقان است. و در 30 %موارد علائم بالینی هپاتیت حاد دیده می شود در گروهی که هپاتیت بدون زردی ظاهر می شود، خطر مزمن شدن بیشتر است.

هپاتیتD

این بیماری با شروع ناگهانی و علائمی شبیه به هپاتیت B شناخته می شود. همواره با هپاتیت B همراه است و آلودگی با این دو ممکن است هم زمان باشد که بیشتر منجر به نوع مزمن بیماری می شود. هپاتیت D می تواند روی یک هپاتیت B مزمن قبلی سوار شود.

بیماری می تواند خود محدود شونده و یا مزمن شود. در کودکان غالبا بیماری شدیدتر است و تبدیل به هپاتیت مزمن فعال می شود.

در بیماران مبتلا به انواع هپاتیت لازم است عادات زندگی تصحیح شود که شامل ترک اعتیاد، به حداقل رساندن مصرف الکل، قطع سیگار و رژیم غذایی سالم، منع انتقال خون و اهدا اعضا، منع اشتراک وسایل تزریق و وسایل شخصی و منع مصرف دارو بدون نظر پزشک. برای پیشگیری از انتقال بیماری، پاک کردن هرگونه لکه خون با محلول خانگی بلیچ (سفیدکننده) و دستمال کاغذی ضروری است.

زخم ها و جراحات فرد باید پوشیده شود و دستمال و البسه آلوده قبل از دور انداختن در کیسه پلاستیکی قرار داده شوند.

توصیه به رعایت رفتار جنسی مطمئن برای پیشگیری از بیماری ضروری است.

باید توجه داشت بیماری از طریق عطسه- سرفه- در آغوش کشیدن- آب و غذا و تماسهای معمول روزانه منتقل نمی شود. اقداماتی که در مورد هپاتیت B مطرح شد در مورد هپاتیت C هم کاربرد دارد.

مصون سازی فعال

- واکسیناسیون هپاتیت در سه نوبت (در شیرخواران روز تولد، 2 ماهگی، 6 ماهگی و در بالغین روز مراجعه، یک ماه پس از مراجعه اول و 6 ماه پس از مراجعه اول) انجام می شود.
- نوزادان با وزن کم هنگام تولد (کمتراز 2 کیلوگرم) یک دوز اضافی در یک ماهگی دریافت خواهند کرد. پاسخ ایمنی در کودکان زیر 3 سال 97٪ و در بالغین 30تا 40 ساله 95٪ است.
- واکسیناسیون علیه هپاتیت B ، شخص را در برابر هپاتیت D مصون می کند.
- در فرد با واکسیناسیون ناقص، نیاز به از سرگیری واکسن ها وجود ندارد و ادامه واکسیناسیون کافی خواهد بود.
- واکسیناسیون رایگان بر علیه هپاتیت B توسط مراکز بهداشت برای متولدین سال 72 به بعد، خانواده افراد مبتلا و گروههای پرخطر انجام می شود. در افراد مبتلا به هموفیلی واکسن هپاتیت B باید زیر جلد تزریق شود.
- واکسیناسیون هپاتیت B هیچ مورد منع تلقیح ندارد حتی اگر فرد مثبت باشد



گروههای پرخطر عبارتند از:

دانشجویان پزشکی، جراحان، پزشکان، پرستاران، ماماها، دندانپزشکان، بیماران دیالیزی، کارشناسان و پرسنل آزمایشگاههای تشخیص طبی، کارکنان مراکز و موسسات نگهداری کودکان عقب مانده و سالمندان، دریافت کنندگان فراورده های خونی و خانواده مبتلایان به هپاتیت و رفتگران شهرداری، ماموران آتش نشانی، پرسنل خدماتی مراکز بهداشتی درمانی و بیمارستانها

راه‌های انتقال ویروس هپاتیتB

1.انتقال از راه خون و فرآورده‌های خونی آلوده

- از طریق استفاده مشترک از وسایل تزریقی آلوده شامل سرنگ و سوزن، قاشق، فیلتر و پایپ مشترک
- دریافت خون یا فرآورده‌های خونی غربال نشده
- خالکوبی، تاتو و سوراخ کردن بدن 1با وسایل آلوده
- درمان پزشکی یا دندان پزشکی در محیط غیر بهداشتی یا استفاده از تجهیزات غیر استریل، تماس اتفاقی پرسنل بهداشتی درمانی غیر ایمن با خون و ترشحات بدن افراد مبتلا،

- تیغ ریش تراشی، قیچی و ماشین اصلاح مشترکی که با خون فرد مبتلا آلوده شده باشد و بلافاصله بدون تمیز کردن، مورد استفاده قرار گیرد. این وسایل می‌توانند به عنوان عامل خطر، ولی با احتمال کم باشند.
- مصرف مسواک آلوده به صورت مشترک

.2انتقال ویروس از طریق ارتباط جنسی.

- ویروس هپاتیت B در ترشحات بدن از قبیل مایع منی و ترشحات مهبلی (واژینال) وجود دارد. بنابراین، خطر انتقال بیماری از طریق رابطه جنسی محافظت نشده و بدون استفاده از کاندوم با هر فرد آلوده بسیار بالا است .
- در صورت وجود خون در زمان ارتباط جنسی (خون قاعدگی یا خون ناچیز در تماس‌های جنسی مقعدی) احتمال انتقال افزایش می‌یابد.
- خطر انتقال ویروس در مردانی که ارتباط جنسی با سایر مردان دارند2 بیشتر است. در صورت وجود زخم در ناحیه تناسلی یا زخم به علت عفونت‌های آمیزشی یا وجود عفونت همزمان با اچ آی وی، احتمال انتقال افزایش می‌یابد.

.3انتقال از مادر آلوده به نوزاد (انتقال عمودی یا ورتیکال)

انتقال عمودی به انتقال ویروس از مادر به فرزند در دوران بارداری حین زایمان یا دوران نوزادی گفته می‌شود. شیردهی باعث انتقال ویروس نمی شود.

راه‌های عدم انتقال ویروس

ویروس هپاتیت B از طریق دست دادن و روبوسی با فرد مبتلا، استفاده از ظروف و وسایل غذاخوری مشترک، معاشرت معمولی در محل کار و منزل، از راه هوا، عطسه و سرفه و استفاده از سرویس بهداشتی مشترک/ شنا کردن در استخر منتقل نمی‌شود.

