

# شعار روز جهانی هپاتیت سال ۲۰۲۱ (۶ مرداد - ۲۸ جولای): هپاتیت صبر نمی‌کند

روز جهانی هپاتیت سال ۲۰۲۱ با موضوع "هپاتیت صبر نمی‌کند"، در صدد انتقال اهمیت و فوریت تلاش‌های لازم برای رسیدن به هدف بلندپروازانه "از بین بردن تهدید عمومی هپاتیت تا سال ۲۰۳۰" است.

افزایش آگاهی همگانی در باره هپاتیت و راه‌های انتقال آن

کنترل و کاهش عوارض این بیماری

اهداف

جلوگیری از ابتلا به این بیماری

افزایش واکسیناسیون جهت پیشگیری از ابتلا

هپاتیت نوعی التهاب کبد است که مانع از عملکرد طبیعی کبد می‌شود. هپاتیت در اثر عوامل متعددی مثل داروها، مواد توکسیک، ویروسها و... ایجاد می‌گردد.

## انواع هپاتیت: عفونی (ویروسی) و غیر عفونی

### هپاتیت غیر عفونی :

#### هپاتیت الکلی

هپاتیت الکلی معمولا در اثر استفاده‌ی افراطی و طولانی مدت از الکل ایجاد می‌شود. علائم هپاتیت الکلی عموماً غیرقابل تشخیص هستند اما این بیماری به‌طور ناگهانی منجر به ایجاد زردی و یا نارسایی کبد خواهد شد. با کم کردن میزان مصرف الکل، می‌توان خطر ابتلا به این بیماری را کاهش داد و یا آن را درمان کرد. اما در صورتی که از مصرف الکل اجتناب نشود، این نوع از بیماری هپاتیت به‌سیروز و سرطان کبد منجر خواهد شد.

#### هپاتیت خودایمنی

هپاتیت خودایمنی که با نام هپاتیت اتوایمیون نیز شناخته می‌شود، یکی از علل بروز هپاتیت مزمن است که در آن سیستم ایمنی بدن با ترشح پادتن‌هایی به کبد حمله می‌کند. این امر به کبد آسیب می‌رساند و در نهایت منجر به از کار افتادگی آن می‌شود. داروهایی که برای درمان این نوع از بیماری هپاتیت استفاده می‌شوند، سیستم ایمنی بدن را از کار انداخته و عفونت را کاهش می‌دهند. هنوز هیچ‌گونه دلیلی برای بروز این بیماری و یا جلوگیری از ابتلا به آن پیدا نشده است.

#### هپاتیت عفونی یا ویروسی:

هپاتیت ویروسی توسط ویروس‌های مختلفی ایجاد می‌شود و به انواع A-B-C-D-E-F-G تقسیم می‌شود. از بین انواع هپاتیتها، هپاتیت B و C بیماریهای جدیتر و وخیمتری می‌باشند و مزمن میشوند؛ درحالیکه بقیه انواع هپاتیت مانند هپاتیت A و E در اغلب مواقع، بیماری جدی ایجاد نمیکنند و مزمن نمیشوند.

#### هپاتیت A

راه انتقال ویروس هپاتیت A مدفوعی- دهانی است و از طریق آب آشامیدنی آلوده و غذا انتقال مییابد. بیاشتهایی، تهوع، استفراغ از علائم آن است. \* در این حالت دریافت تغذیه ای کافی دارای اهمیت میباشد. این نوع هپاتیت بیشتر در اطفال دیده میشود و یک نوع بیماری خوشخیم است و خود بهبود می یابد.

#### هپاتیت B

این ویروس در تمام مایعات و ترشحات بدن وجود دارد و راه انتقال آن خون و فراوردههای خونی میباشد:

- + از مادر آلوده به نوزاد
- + از طریق تماس جنسی
- + تزریقات وریدی توسط معتادین
- + تماسهای شغلی

### نشانه ها و علائم

- + درد شکم در ربع فوقانی و راست و یا اطراف اپیگاستر
- + سردرد شدید در بچه ها، که غالبا با مننژیت اشتباه میشود.

+ زردی بالینی

+ تب خفیف

+ کبد بزرگ و حساس

+ در ۵ تا ۰۱٪ موارد بزرگی طحال دیده میشود.

### افراد در معرض خطر:

- + افراد دارای شریک جنسی متعدد
- + افراد خانواده فرد مبتلا به هیپاتیت B
- + معتادین وریدی
- + شیرخواران دارای مادران مبتال به هیپاتیت B
- + بیماران همودیالیزی
- + افراد هموسکسوال و افراد با رفتارهای پرخطر
- + پرسنل مراکز بهداشتی که با محصولات خونی بیماران درارتباط هستند.
- + زندانیان ، آرایشگران ، کارگران شهرداری ها، غسالخانه ها، اهداء کنندگان مستمر خون، بیماران واجد شرایط از جمله افراد مبتلا به دیابت

### پیشگیری:

به دلیل عوارض جدی هیپاتیت B و C توافق جهانی بر این است که واکسیناسیون کودکان و افراد در معرض خطر الزم و ضروری است. واکسن هیپاتیت B معمول در سه نوبت و به فواصل یک ماه و ۶ ماه پس از اولین تزریق می باشد.

### هیپاتیت C:

هیپاتیت C نوعی بیماری کبدی است که در اثر عفونت با ویروس هیپاتیت C رخ میدهد. ویروس هیپاتیت C در سلولهای کبدی زندگی میکند و موجب التهاب کبد (هیپاتیت) میشود. این ویروس همچنین میتواند موجب آسیبهای دائمی کبد مثل سیروز (تنبلی کبد)، سرطان کبد و نارسایی کبد گردد.

راه انتقال : خون و فرآوردههای خونی

درمان : درمان دارویی

هیپاتیت C اغلب بدون علامت بوده و از طریق آزمایش خون قابل تشخیص می باشد. رعایت بهداشت و استفاده از لوازم شخصی می تواند در جلوگیری از هیپاتیت C موثر باشد.

### هیپاتیت D

هیپاتیت D عمدتا به دنبال یا همزمان با هیپاتیت B بروز میکند و به عنوان یک عارضه هیپاتیت B شناخته میشود. با واکسیناسیون هیپاتیت B، حذف محصولات خونی آلوده، عدم مصرف مواد مخدر تزریقی و کنترل ناقلین ویروس از انتشار هیپاتیت D جلوگیری خواهد شد.

### ویروس هیپاتیت نوع E

عموما از طریق مصرف غذاها و گوشت خام یا نیمپز حیوانات (مانند گوشت و سیرابی خام و یا گوشت نیمپز خوک، گوشت گراز وحشی و گوشت گوزن) به بدن افراد منتقل می شود. این نوع از بیماری هیپاتیت حاد بوده و به درمان خاصی نیاز ندارد. اما در افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند ممکن است بسیار جدی و خطرناک باشد. می توان خطر ابتلا به هیپاتیت E را با رعایت اقدامات بهداشتی مرتبط با آب و غذا، به خصوص در هنگام سفر به کشورهای که این بیماری در آنها شایع است، کاهش داد.

### توصیه های جهت جلوگیری از ابتلا به بیماری هیپاتیت:

به طور کلی جهت پیشگیری از هیپاتیت نوع A و E موارد زیر را در نظر بگیرید:

دست‌های خود را مرتب بشویید و قبل از استحمام، از تمیز بودن صابون مطمئن شوید.

حتما مواد غذایی که تازه پخته شده‌اند را مصرف کنید.

از بطری‌های آب آشامیدنی استفاده کنید و حتما قبل از استفاده از آب روستاها، آن را بجوشانید.

اگر در مناطقی هستید که بهداشت ضعیفی دارند، حتما میوه‌ها را پوست بکنید.

قبل از استفاده از سبزیجات خام، از نحوه‌ی شست‌وشوی صحیح آن‌ها مطمئن شوید و در غیر این صورت آن‌ها را استفاده نکنید.

توجه داشته باشید که حتما قبل از سفر به مناطقی که این بیماری در آن‌ها شایع است، واکسینه شوید.

**ویروس هپاتیت نوع C ، B و D از طریق تماس با خون آلوده منتقل می‌شوند و جهت جلوگیری از ابتلا به آن‌ها لازم است موارد زیر رعایت شوند.**

حتما از روابط جنسی پرخطر اجتناب کنید.

هرگز از سوزن‌های مشترک جهت تزریق دارو یا مصرف مواد مخدر استفاده نکنید.

از استفاده‌ی لوازم بهداشت شخصی مانند مسواک، تیغ‌های یکبار مصرف و لوازم مانیکور سایر افراد جدا خودداری کنید.

هنگام خال‌کوبی، حجامت، سوراخ کردن گوش و پیرسینگ بدن حتما مطمئن شوید که لوازم این کار کاملا بهداشتی هستند.

اگر در معرض ابتلا به این بیماری هستید، حتما واکسینه شوید.

**همان‌طور که در موارد بالا نیز ذکر شد، استفاده از واکسن می‌تواند در کاهش خطر ابتلا به هپاتیت بسیار موثر باشد.**

امروزه، واکسن‌هایی جهت جلوگیری از ابتلا به هپاتیت نوع A و B وجود دارد. همچنین در حال حاضر، پزشکان در حال تولید و توسعه‌ی واکسن هپاتیت نوع C هستند.

## اقدامات تیم سلامت بیمارستان:

اطلاع رسانی برای آگاهی مردم از راههای انتقال ویروس هپاتیت B,C

تشویق به دوری از رفتارهای پرخطر

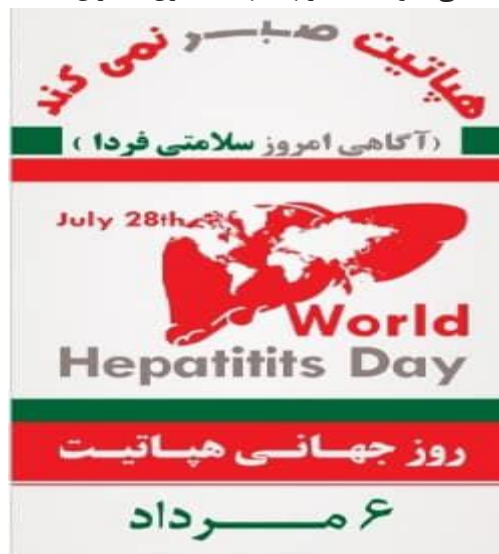
برنامه ریزی جهت بیماریابی، مراقبت و درمان هپاتیت C و واکسیناسیون هپاتیت B با کمک واحد بیماریابی مرکز بهداشت شهرستان

برگزاری جلسات آموزش مجازی جهت اطلاع رسانی درخصوص هپاتیت های ویروسی و بیماریهای کبدی جهت همکاران واجد شرایط، بیماران

ومراجعین

واکسیناسیون فعال همکاران و پیگیری مواجهات با افراد پرخطر از طریق سوپروایزر کنترل عفونت بیمارستان

جدی گرفتن پیگیری، بیمار یابی، مراقبت و هماهنگی با واحد بیماریها جهت کنترل بیماران مبتلا به هپاتیت



منبع:سایت وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی -واحد بیماریها

سوپروایزر آموزش سلامت بیمارستان دکتر ساجدی هادیشهر الهام حامدی فر

مرداد ۱۴۰۰