

التهاب الكبد ب

ما تحتاج أن تعرفه عندما يتم تشخيصك مع التهاب الكبد ب المزمن.



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive



تذكر:
تقديم المشورة للأشخاص الذين هم على تماس معك بأنه ينبغي تطعيمهم.
استخدم الواقي الذكري أثناء ممارسة الجنس لحماية شريك حياتك ونفسك.

كيف يمكنني حماية طفلي من التهاب الكبد ب إذا كنت حاملاً؟
إذا كنت حاملاً، فإن طفلك معرض لخطر الإصابة بالتهاب الكبد ب منك أثناء أو بعد الولادة بقليل. ويمكن منع ذلك.

- يجب أن يحصل طفلك على حقنة من الغلوبولين المناعي لالتهاب الكبد ب (HBIG) والجرعة الأولى من لقاح التهاب الكبد البائي بعد الولادة بفترة وجيزة.
- تأكد من أن طفلك يكمل دورة اللقاح ضد التهاب الكبد البائي في الوقت المناسب. يجب إجراء اختبار الدم عند الانتهاء من دورة لقاح التهاب الكبد البائي لضمان حمايتها.

لا يمكنك نشر التهاب الكبد ب (البائي) من خلال:

- العطس أو السعال
- التقبيل أو المعانقة
- الرضاعة الطبيعية
- الطعام أو الماء
- مشاركة الأطباق أو النظارات
- التلامس العرضي (مثل في العمل)



يمكن العثور على معلومات مفيدة عن التهاب الكبد ب من المصادر التالية:

- طبيب العائلة
- إدارة الصحة العامة المحلية في المكتب التنفيذي للخدمات الصحية
- يمكنك الحصول على معلومات ونشرات أخرى حول التهاب الكبد ب على المواقع التالية:

www.hpsc.ie •

www.cdc.gov/hepatitis/hbv/index.htm •

www.who.int •

www.emitoolkit.ie •



Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte
Health Service Executive



April 2017

المؤلفون: مجموعة عمل التهاب الكبد الوبائي لمجموعة الطب العام للأمراض المعدية، إدارات الصحة العامة ومركز مراقبة حماية الصحة، المكتب التنفيذي للخدمات الصحية.

قد يحتاج بعض الناس إلى جرعات إضافية من اللقاح قبل حمايتهم. وهناك عدد قليل جدا من الناس لا يستجيبون للقاح ولا يتمتعون بالحماية.

كيف يمكنني حماية الآخرين من عدوى التهاب الكبد ب ؟

هنا هو ما عليك القيام به لحماية الآخرين:

- قم بتغطية أي جروح أو جروح مفتوحة مع ضمادة أو ضمادة.
- اغسل يديك جيدا بعد لمس الدم أو سوائل الجسم.
- ضع ألسنة (وغيرها من المواد) المتسخة بالدم أو سوائل الجسم في كيس قبل رميها في سلة النفايات.
- قم بتنظيف انسكابات الدم. ثم إعادة تنظيف المنطقة مع محلول التقصير (جزء واحد من مادة التقصير المنزلي إلى 01 أجزاء مياه).
- لا تشارك فرشاة الأسنان، شفرات الحلاقة، الإبر، ملفات الأظافر، قصاصات الأظافر، الأغذية أو المناشف.
- إذا قمت بحقن المخدرات، توقف عن الحقن أو ادخل في برنامج إعادة التأهيل. لا تشارك احد أبدا في المخدرات، الإبر، الحقن، القطن، الماء أو الكؤوس التي تشطف.
- لا تتبرع بالدم، البلازما، أعضاء الجسم، الأنسجة أو الحيوانات المنوية.
- يتعرض شريكك الجنسي لخطر الإصابة بالتهاب الكبد ب منك. أخبر شريكك الجنسي بأنك مصاب بالتهاب الكبد ب. يجب أن يشاهدوا طبيبا لإجراء فحص الدم لمعرفة ما إذا كانوا مصابين. وإذا لم يصابوا بالعدوى، فيجب تطعيمهم. استخدم الواقي الذكري حتى يتم حماية شريك حياتك.
- الناس الآخرون الذين يعيشون في منزلك معرضون لخطر الإصابة. أخبر كل من يعيش معك أنه يجب أن يراجع الطبيب لاجراء فحص الدم والتطعيم.
- إذا تطورت عندك الحالة لعدوى مزمنة من التهاب الكبد البائي، أخبر أي شريك جديد في الجنس وأي أشخاص جدد يعيشون معك بأنه يجب عليهم أن يخضعوا للفحص والتطعيم.
- إذا كنت حاملا، يحتاج الطفل الجديد أن يحصل على اللقاح والغلوبولين المناعي لالتهاب الكبد ب (HBIG) بعد الولادة بفترة وجيزة.
- إذا تعرض شخص ما لدمك فيمكن حمايته من التهاب الكبد ب إذا حصل على العلاج بسرعة. يجب أن يذهب إلى طبيبه أو قسم الطوارئ ويقول أنه كان على تماس مع التهاب الكبد ب. وسوف يحصل على حقنة من الغلوبولين المناعي لالتهاب الكبد ب (HBIG) والبدء في دورة لقاح التهاب الكبد ب.
- أخبر طبيبك و طبيب الأسنان بأنك مصاب بالتهاب الكبد ب.

• قم باستشارة طبيبك قبل تناول أي أدوية جديدة وأدوية بدون وصفة طبية وأدوية عشبية.

• الخضوع لاختبار التهاب الكبد (ج).

• احصل على لقاح التهاب الكبد (أ) إذا لم تكن ملقحا.

• احصل على لقاح الأنفلونزا سنويا.

كيف حصلت على التهاب الكبد ب ؟

ينتشر التهاب الكبد ب عن طريق التماس مع الدم أو سوائل الجسم للشخص المصاب. يمكنك التقاط التهاب الكبد ب إذا كنت:

- مارست الجنس مع شخص يحمل التهاب الكبد ب.
- شاركت الإبر أو المعدات الأخرى عند حقن المخدرات.
- استخدمت إبر غير معقمة لثقب الجسم، الوشم، الوخز بالإبر، التحليل الكهربائي أو إذا تم حقنك بإبرة مستخدمة.
- شاركت شفرات الحلاقة، فرشاة الأسنان، الملابس الداخلية، المناشف، مقصات الأظافر، أو أي شيء قد يكون عليه دم أو سوائل الجسم الأخرى.
- تكون على تماس مع نزيل القروح أو الجروح للشخص المصاب.
- عامل رعاية صحية أو أي شخص آخر قد تعرض للدم المصاب أو سوائل الجسم.
- طفل شخص مصاب بالعدوى المزمنة لالتهاب الكبد ب (البائي). في بعض الحالات، لا يمكن تحديد مصدر محدد للعدوى.

هل يمكنني نشر التهاب الكبد ب إلى الآخرين؟

يمكن للناس أن يحصلوا على التهاب الكبد ب منك من خلال التلامس مع الدم، السائل المنوي أو السوائل المهبلية. ويمكن أحيانا أن ينتشر عن طريق لدغات الإنسان. يمكن أن يعيش الفيروس خارج الجسم لمدة أسبوع واحد. الأشخاص الذين هم على تماس معك، مثل شريك حياتك، عائلتك أو أي شخص يعيش معك يجب أن يخضع لاختبار الدم للتأكد مما إذا كان لديهم التهاب الكبد ب.

هل إن لقاح التهاب الكبد ب آمن؟

لقاح التهاب الكبد ب آمن وفعال. شريكك، عائلتك وأي شخص يعيش معك يستطيعون حماية أنفسهم بالتلقيح.

يتم إعطاء اللقاح عادة على ثلاث جرعات من قبل طبيب العائلة - في أول زيارة، بعد شهر واحد وبعد ستة أشهر من الحقنة الأولى. أحيانا يتم إعطاء الجرعات بشكل أسرع.

ما هو التهاب الكبد ب ؟

التهاب الكبد ب هو فيروس يؤثر على الكبد ويمكن أن يجعلك مريضا على نحو خطير. قد يستغرق الأمر ستة أسابيع إلى ستة أشهر من وقت إصابتك لظهور الأعراض. تسمى هذه المرحلة من المرض التهاب الكبد ب الحاد. بعض الناس الذين يعانون من التهاب الكبد ب الحاد لا يحصلون على أي أعراض. إذا حصلت على الأعراض، وهذه قد تشمل: الحمى، الغثيان، التعب، تورم البطن، الأُم، اليرقان (الجلد الأصفر والعينين) والبول الداكن.

معظم الناس الذين يعانون من التهاب الكبد ب الحاد يعافون تماما، ولكن يمكن أن يستغرق ذلك ستة أشهر أو حتى لفترة أطول. بعض الناس لا يشعرون بالتعب ولكن يمكن استمرار حمل الفيروس في دمائهم. وهذا ما يسمى التهاب الكبد ب المزمن. وهناك عدد قليل من الناس يصبحون جدا مريضين وقد يحدث عندهم فشل لكبد أو مشاكل الكبد على المدى الطويل.

ما هو التهاب الكبد ب المزمن ؟

بعض الناس لن يتمكنوا أبدا التخلص من الفيروس. قد تبقى مصابا مدى الحياة ويمكن أن تنشر التهاب الكبد ب المزمن للآخرين. وهذا ما يسمى عدوى التهاب الكبد ب المزمن و الناس الذين يحملون العدوى قد يصابوا الآخرين.

قد تشعر بصحة جيدة طوال حياتك ولا تظهر أي دليل على تلف الكبد. قد تتطور لدى بعض الناس أمراض الكبد الأكثر حدة، مثل تندب الكبد (تليف الكبد)، فشل الكبد أو السرطان. إذا كان لديك التهاب الكبد ب، بإمكانك أيضا الحصول على أنواع أخرى من التهاب الكبد مثل التهاب الكبد (أ) (أو ج).

هل هناك علاج لالتهاب الكبد ب ؟

يجب أن يحيلك طبيبك إلى أخصائي يمكنه الكشف و التحقق من وجود أمراض الكبد ومعرفة ما إذا كانت الأدوية قد تساعدك.

كيف يمكنني الاعتناء بكبدتي؟

من المهم أن تعتني بنفسك.

- لا تشرب الكحول. الكحول يمكن أن يضر الكبد.
- إذا كنت تعاني من عدوى التهاب الكبد (ب) المزمن، فيجب على طبيبك إحالتك إلى أخصائي للكشف و التحقق من أمراض الكبد ومعرفة ما إذا كانت الأدوية قد تساعدك.
- راجع طبيبك بانتظام.