



هپاتیت B

آنچه را که باید هنگام تشخیص
هپاتیت B مزمن بدانید



هپاتیت B چیست؟

هپاتیت B یک ویروس است که بر جگر تأثیر می‌گذارد و می‌تواند شما را به شدت بیمار بسازد. از زمان ابتلای شما قبل از ظاهر شدن علائم می‌تواند شش هفته تا شش ماه طول بکشد. این مرحله از بیماری هپاتیت B حاد نامیده می‌شود. برخی از افراد مبتلا به هپاتیت B حاد هیچ علامتی ندارند. در صورت مشاهده علائم، این علائم می‌تواند شامل موارد زیر باشد: تب، حالت تهوع، خستگی، درد، زردی (زردی پوست و چشم‌ها) و ادرار تیره‌رنگ.

اکثر افراد مبتلا به هپاتیت B حاد به طور کامل بهبود می‌یابند، اما ممکن است تا شش ماه یا حتی بیشتر طول بکشد.

برخی از افراد احساس ناچوری ندارند اما می‌توانند همچنان ویروس را در خون خود حمل کنند. این بیماری هپاتیت B مزمن نامیده می‌شود. تعداد کمی از افراد بسیار بیمار می‌شوند و ممکن است به نارسایی یا عدم فعالیت جگر یا مشکلات طولی‌مدت جگر مبتلا شوند.

هپاتیت B مزمن چیست؟

برخی افراد هرگز از شر این ویروس خلاص نمی‌شوند. ممکن است تا آخر عمر آلوده بمانید و هپاتیت B را به دیگران انتقال کنید. این عفونت مزمن هپاتیت B نامیده می‌شود و افرادی که به آن مبتلا هستند ممکن است دیگران را نیز آلوده کنند.

ممکن است برای تمام عمر احساس صحت‌مندی داشته باشید و اثری از آسیب جگر نشان ندهید. برخی از افراد به بیماری جگر شدیدتر مانند اسکار جگر (سیروز)، نارسایی جگر یا سرطان مبتلا می‌شوند. اگر هپاتیت B دارید، هنوز هم می‌توانید انواع دیگر هپاتیت مانند هپاتیت A یا C را داشته باشید.

آیا درمانی برای هپاتیت B وجود دارد؟

داکترتان باید شما را به یک متخصص راجع نماید که بتواند بیماری جگر را بررسی کند و دریابد آیا ادویه ممکن است به شما کمک کنند یا خیر.

چگونه می‌توانم از جگر خود مراقبت کنم؟

مهم این است که از خود مراقبت کنید.

- الکل ننوشید. الکل می‌تواند به جگر شما آسیب برساند.
- اگر عفونت مزمن هپاتیت B دارید، داکترتان باید شما را به یک متخصص راجع نماید تا بیماری جگر را بررسی نموده و دریابد که آیا ادویه ممکن است به شما کمک کنند یا خیر.

- به طور منظم به داکتر مراجعه کنید.
- قبل از مصرف هر گونه ادویه جدید، ادویه بدون نسخه و ادویه یونانی یا گیاهی با داکتر خود مشورت کنید.
- برای هپاتیت C تست شوید.
- اگر از قبل مصونیت ندارید، واکسین هپاتیت A را دریافت کنید.
- واکسین سالانه آنفولانزا دریافت کنید.

چگونه به هپاتیت B مبتلا شدم؟

هپاتیت B از طریق تماس با خون یا مایعات بدن فرد آلوده منتقل می شود. شما می توانید به هپاتیت B مبتلا شوید در صورتیکه:

- با فرد مبتلا به هپاتیت B رابطه جنسی داشته باشید.
 - هنگام تزریق مواد مخدر، سوزن یا سایر تجهیزات مشترکاً استفاده نمایید.
 - از سوزن های عقیم نشده برای سوراخ کردن بدن، خالکوبی، طب سوزنی، الکترولیز یا اگر با سوزن مستعمل به شما تزریق شده است، استفاده کنید.
 - تیغ، برس دندان، کیسه، دستمال، ناخن گیر یا هر چیزی که ممکن است خون یا سایر مایعات بدن روی آنها باشد را به مشترکاً استفاده نمایید.
 - با زخم های خونریزی دار یا بریدگی های فرد مبتلا تماس پیدا کنید.
 - شما کارمند مراقبت های صحی یا کسی دیگری باشید که در معرض خون یا مایعات بدن شخص مصاب قرار دارید.
 - شما فرزند فرد مبتلا به عفونت مزمن هپاتیت B باشید.
- در برخی موارد، منبع قطعی عفونت هرگز شناسایی نمی شود.

آیا می توانم هپاتیت B را به دیگران منتقل کنم؟

افراد می توانند هپاتیت B را از طریق تماس با خون، مایع منی یا مایعات واژن از شما دریافت کنند. گاهی اوقات ممکن است از طریق دندان گرفتن انسان نیز منتقل شود. این ویروس می تواند تا یک هفته در خارج از بدن زندگی بماند.

مخاطبین شما، مانند شریک زندگی تان، خانواده یا هر کسی که با شما زندگی می کند، باید تست خون بدهند تا دیده شود که هپاتیت B دارند یا خیر.

آیا واکسین هپاتیت B بی خطر است؟

واکسین هپاتیت B بی خطر و موثر است. شریک زندگی شما، خانواده و هر کسی که با شما زندگی می کند می تواند با واکسیناسیون از خود محافظت کند.

این واکسین معمولاً در سه دوز توسط داکتر فامیلی تان - در اولین ویزیت، یک ماه بعد و شش ماه پس از اولین تزریق - تجویز می شود. گاهی اوقات دوزها با سرعت بیشتری تجویز می شوند.

برخی از افراد ممکن است برای محافظت کامل به دوزهای اضافی واکسین نیاز داشته باشند. واکسین در تعداد بسیار کمی از مردم نتیجه نمی دهد و آنها محافظت نمی شوید.

چگونه می توانم از دیگران در برابر عفونت هپاتیت B محافظت کنم؟

در ذیل اموارتی اند که شما باید برای محافظت از دیگران انجام دهید:

- هرگونه بریدگی و زخم باز را با باند یا بنداژ بپوشانید.
- پس از تماس با خون یا مایعات بدن، دست های خود را به خوبی بشویید.
- دستمال ها (و سایر محصولات) آغشته به خون یا مایعات بدن را قبل از اینکه آنها را در سطل زباله بیندازید، در یک خریطه قرار دهید.
- قطرات ریخته خونتان را پاک کنید سپس محل را با محلول سفید کننده یا بلیچ (یک قسمت سفید کننده خانگی با ۱۰ قسمت آب) دوباره تمیز کنید.
- از برس دندان، تیغ ریش تراشی، سوزن، سوهان ناخن، ناخن گیر، قیچی ناخن، کسیه یا دستمال مشترکاً استفاده نکنید.
- اگر مواد مخدر تزریق می کنید، تزریق را متوقف کنید یا وارد یک برنامه توانبخشی شوید. هرگز ادویه، سوزن ها، پیچکاری ها، پنبه، آب و پیاله ها را مشترکاً استفاده نکنید.
- از اهدای خون، پلاسما، اعضای بدن، نسج یا اسپرم خودداری کنید.
- شریک جنسی شما در معرض خطر ابتلا به هپاتیت B از شماست. به شریک جنسی خود بگویید که به هپاتیت B مبتلا هستید. آنها باید برای آزمایش خون به داکتر مراجعه کنند تا ببینند که مبتلا هستند یا خیر. اگر مبتلا نباشند باید واکسین شوند. تا زمانی که همسران کاملاً محافظت می شود از کاندوم استفاده کنید.
- افراد دیگری که در خانه شما زندگی می کنند در معرض

خطر هستند. به همه کسانی که با شما زندگی می کنند بگویید که باید برای تست خون و واکسیناسیون به داکتر خود مراجعه کنند.

- اگر دچار عفونت مزمن هپاتیت B شدید، به شرکای جنسی جدید و افراد جدیدی که با شما زندگی می کنند، بگویید که باید تست و واکسین شوند.
- اگر باردار هستید، نوزاد جدید باید اندکی پس از تولد واکسین و ایمونوگلوبولین هپاتیت B (HBIG) را دریافت کند.
- اگر فردی در معرض خطر تماس با خون شما قرار گیرد، در صورت دریافت درمان سریع، می تواند از هپاتیت B محافظت شود. آنها باید به داکتر یا بخش عاجل خود مراجعه کنند و بگویند که با هپاتیت B در تماس بوده اند. آنها یک واکسین ایمونوگلوبولین هپاتیت B (HBIG) دریافت می کنند و دوره واکسین های هپاتیت B را شروع می کنند.
- به داکتر و داکتر دندان خود بگویید که به هپاتیت B مبتلا هستید.

در صورت بارداری چگونه می توانم از نوزاد خود در برابر هپاتیت B محافظت کنم؟

اگر باردار شوید، کودک شما در حین تولد یا مدت کوتاهی پس از آن در خطر ابتلا به هپاتیت B از شما قرار دارد. از این امر می توان جلوگیری کرد.

- نوزاد شما باید بلافاصله پس از تولد، ایمونوگلوبولین هپاتیت B (HBIG) و اولین دوز واکسین هپاتیت B را تزریق کند.
- اطمینان حاصل نمایید که کودک شما تمام واکسین های هپاتیت B را در زمان مناسب دریافت کند. پس از اتمام دوره واکسین های هپاتیت B باید تست خون انجام شود تا از محافظت کامل آنها اطمینان حاصل شود.

شما نمی توانید هپاتیت B را از طرق ذیل پخش نمایید

- عطسه یا سرفه کردن
- بوسیدن یا در آغوش گرفتن
- شیر دادن
- غذا یا آب
- استفاده مشترک از ظروف یا گیلان
- تماس گاه گاه (مثلاً در محل کار)

به خاطر داشته باشید:

با کسانی که تماس دارید توصیه کنید که باید واکسین شوند.

در حین رابطه جنسی از کاندوم استفاده کنید تا از خود و شریک زندگی تان محافظت کنید.

چگونه می توانم بیشتر بیاموزم؟

معلومات مفید در مورد هپاتیت B را می توان از منابع ذیل دریافت نمود:

- داکتر فامیلی شما
 - ریاست محلی صحت عامه HSE
- شما می توانید لیفلیت های دیگر در مورد هپاتیت B را در وب سایت های زیر دریافت کنید:



- www.hpsc.ie
- www.cdc.gov/hepatitis/hbv
- www.who.int
- www.immunisation.ie



تاریخ انتشار: 2017 اپریل:

نویسندگان: گروه کاری هپاتیت گروه بیماری های ساری طب صحت عامه، ریاست های صحت عامه و مرکز نظارت بر محافظت صحت عامه، مجری خدمات صحت عامه.