

راههای پیشگیری از بیماری

موارد زیر در پیشگیری از انتقال ویروس نقش بسزایی دارند:

• زخم و بریدگی های پوست را خودتان پانسمان کنید. در صورت نیاز به کمک برای پانسمان زخم از دستکش استریل استفاده شود.

• در صورتیکه به این بیماری مبتلا هستید، خون، پلاسما، اعضای بدن یا بافت اهدا نکنید.

• سوزن را به اشتراک نگذارید.

• از ریش تراش، مسواک و لوازم آرایشی یا لوازم شخصی دیگران بطور مشترک استفاده نکنید.

• بیاد داشته باشید هپاتیت C واکسن ندارد و درمان کامل نیز ندارد لذا پیشگیری از آلودگی دیگران با عمل به توصیه های بهداشتی بر عهده شماست/

که از طریق بیحسی موضعی با یک سوزن نمونه گیری انجام می شود و حداکثر ممکن است بیمار یک روز در بیمارستان بستری گردد.

درمان هپاتیت C

هپاتیت C همیشه نیاز به درمان ندارد. درمان بستگی به نوع بیماری، نوع ویروس، میزان تخریب کبدی و وضعیت عمومی سلامت شما دارد.

درمان دارویی: ترکیب پگ اینترفرون و ریباویرین موثرتر از ترکیب سایر اینترفرون ها و ریباویرین میباشد. مصرف پگ اینترفرون بصورت تزریق هفتگی و طریقه مصرف

ریباویرین ۲ قرص روزانه میباشد.

طول مدت درمان بستگی به نوع ویروس از نظر ژنتیکی دارد و از ۶

ماه تا ۱ سال طول میکشد. اگر پس از ۳ ماه بهبودی در کبد حاصل نشود مصرف دارو قطع خواهد شد.

درمان جراحی:

در صورتیکه هپاتیت C سبب آسیب کبدی و نارسایی و از کار افتادن کبد شود، جهت افزایش طول عمر بیمار، پیوند کبد انجام میشود.

درمان و مراقبت در منزل:

۱. کم کردن تحرک: کاهش فعالیتها و استراحت بیشتر در رفع خستگی شما کمک کننده است.

۲. ورزش: ورزش می تواند انرژی شما را افزایش داده و افسردگی را کاهش دهد. فردای روز مصرف پگ اینترفرون از ورزش های سنگین خود داری کنید.

۳. برنامه غذایی مرتب و مقوی: بی اشتهایی و حالت

تهوع در هپاتیت C رخ می دهد. در این صورت باید تعداد وعده ها بیشتر شده و مقدار غذا در هر وعده کم شود. اگر بعدازظهرها دچار حالت تهوع می شوید وعده غذایی مقوی و کاملی را صبح استفاده کنید. رژیم غذایی مناسب عبارت است از استفاده زیاد از سبزیجات و میوه ها و محدود کردن قندها و چربی ها. اگر سیروز دارید مصرف نمک و پروتئین

زیاد، خوب نیست.

۴. اجتناب از الکل و داروها: الکل و برخی داروها سبب آسیب رساندن به کبد می شوند اجتناب از آنها در صورت

ابتلا به هپاتیت C امری ضروری است. در مورد تمام داروهای نسخه شده و حتی گیاهی نیز با پزشک خود مشورت نمائید .

۵. کنترل خارش بدن: در صورت ابتلا به خارش بدن حتماً با

پزشک خود مشورت نمائید تا داروی مناسب برای شما تجویز شود .

۶. کمک گرفتن برای رفع افسردگی: افسردگی در تمام

بیماری های مزمن و طولانی مدت ممکن است رخ دهد و یا

افسردگی می تواند یکی از عوارض داروهای ضدویروسی استفاده

شده در درمان هپاتیت C باشد. حتماً در مورد دریافت داروهای

ضدافسردگی و یا مشاوره روانی با پزشک خود مشورت نمائید .

۷. کسب اطلاعات در مورد بیماری: داشتن اطلاعات بیشتر در

مورد هپاتیت C شما را در کنترل بیشتر بیماری کمک میکند.

آلوده شدن تیغ های اصلاح در آرایشگاه های عمومی توسط فرد

مبتلا به هپاتیت C و استفاده آن توسط یک فرد سالم نیز می تواند باعث انتقال هپاتیت C شود .

توجه به این نکته حایز اهمیت است که تماس معمولی باعث انتقال

بیماری نمی شود؛ مثلاً دست دادن، رو بوسی کردن و سر و کار

داشتن با فردی که هپاتیت C دارد، عامل انتقال نیست و حتی

مادری که هپاتیت دارد و باردار می

شود، احتمال مبتلا شدن نوزاد به این هپاتیت کمتر از ۵ درصد می

باشد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی و درمانی شهید دکتر بهشتی

هپاتیت C

تهیه کننده :

سوپروایزر کنترل عفونت

سوپروایزر آموزشی

علائم بیماری هپاتیت C

بیشتر مبتلایان به هپاتیت C هیچ علامتی ندارند. برخی از بیماران علائم عمومی عفونت ویروسی را نشان می‌دهند، از قبیل خستگی، دل درد، درد عضلانی و تهوع و بی اشتها، ولی در

موارد پیشرفته

علائم نارسایی کبدی بروز می‌کند که شامل تورم شکم و اندامها، یرقان، خونریزیهای گوارشی و... است. منگی و خواب آلودگی در مراحل بسیار پیشرفته دیده می‌شود. بیماران ممکن است خارش داشته باشند.

تشخیص هپاتیت C

با انجام آزمایشهای مخصوص می‌توان هپاتیت C را تشخیص داد. به محض کشف هپاتیت C ارزیابی وضعیت کبد الزامی است. این کار از طریق آزمایشهای خون، سونوگرافی و نمونه‌برداری از کبد انجام می‌شود.

نمونه برداری از کبد کار بسیار آسانی است، به این صورت التهاب کبد را هپاتیت می‌گویند. عوامل مختلفی می‌توانند باعث التهاب کبد و در نتیجه هپاتیت شوند. از این عوامل می‌توان به غذا و بعضی از داروها اشاره کرد. بیماری‌های ژنتیکی خاصی نیز می‌توانند باعث التهاب کبدی شوند. همچنین هپاتیت می‌تواند به علت آلودگی میکروبی یا ویروس‌ها بروز کند.

هپاتیت C یک بیماری ویروسی است که از طریق تماس با

خون و ترشحات بدن افراد مبتلا منتقل می‌شود. این

بیماری به تدریج به کبد آسیب می‌رساند.

یک کبد سالم مواد شیمیایی مورد نیاز بدن را می‌سازد و مواد سمی را از خون خارج می‌کند. وقتی شما هپاتیت C دارید کبد شما ملتهب می‌شود و بافت طبیعی آن تخریب شده و به جای آن بافت فیبری و فرسوده می‌ماند. طی ۱۰ تا ۳۰ سال بعد مشکلات کبدی مزمن از قبیل سیروز و سرطان هم ممکن است ایجاد شوند.

راه‌های انتقال هپاتیت C

ویروس هپاتیت C از طریق خون آلوده منتقل می‌شود. معمولاً راه انتقال از طریق یک سرنگ (سوزن) آلوده می‌باشد که به صورت مشترک استفاده می‌شود که این حالت بیشتر در معتادان تزریقی دیده می‌شود. تماس جنسی هم تا حدی می‌تواند باعث انتقال هپاتیت C گردد، ولی نه تماس جنسی که بین زن و شوهر وجود دارد.

