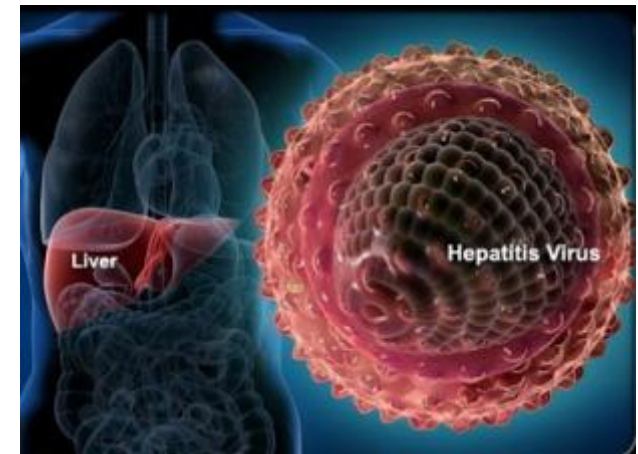




دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان ابن سینا

هپاتیت C چیست؟



تهیه کننده: طاهره زارع

پرستار کنترل عفونت
زیر نظر کمیته آموزشی بیمارستان
تیر ۱۳۹۵

تعریف هپاتیت C

هپاتیت C نوعی بیماری واگیردار کبدی است که افراد با شدت های مختلف به آن مبتلا می شوند، در بعضی از افراد این بیماری فقط چند هفته عمر دارد، درحالیکه در دیگر افراد این بیماری برای مدت یک عمر همراهشان بوده و زندگی آنها را بصورت جدی تهدید می نماید. این بیماری در نتیجه آلوده شدن به ویروس عامل هپاتیت سی (HCV) رخ داده و در درجه اول از طریق تماس با خون آلوده وارد بدن می شود. هپاتیت C می تواند مزمن و یا حاد باشد.

هپاتیت C حاد - این نوع هپاتیت بیماری کوتاه مدتی است که در ۶ ماه اول آلوده شدن به این ویروس رخ می دهد و برای چند هفته باقی می ماند. در اکثر افراد هپاتیت C حاد تبدیل به هپاتیت C مزمن می شود.

هپاتیت C مزمن - این نوع هپاتیت بیماری بلندمدتی بوده و زمانی رخ می دهد که ویروس هپاتیت C مدتی طولانی در بدن فرد باقی می ماند. عفونت ویروسی هپاتیت C می تواند باعث مشکلات جدی کبدی از قبیل سیروز کبدی و یا سرطان کبد شود.

علائم هپاتیت

- خستگی
- تب
- تهوع و اشتهای کم
- درد مفاصل و ماهیچه ها
- زرد شدن پوست و سفیدی چشم ها
- مدفوع زرد یا کم رنگ

دلایل بیماری و افراد در خطر

بیماری هپاتیت C زمانی رخ می دهد که شما آلوده به ویروس عامل این بیماری (HCV) باشید. شما زمانی آلوده به ویروس عامل هپاتیت C می شوید که خون فرد آلوده به آن وارد بدن شما شود. راههای ورود شامل:

- از طریق سوزن آلوده به خون فردیکه هپاتیت C دارد
- از طریق زخمی که بر روی پوست بوده و خون آلوده بر روی آن بریزد
- خون فرد آلوده با چشم و یا دهان شما در تماس باشد

افرادیکه در معرض خطر ابتلا به بیماری هپاتیت C هستند شامل:

- معتادان تزریقی که از سرنگ و سوزن مشترک استفاده می کنند.
- [رابطه جنسی](#) محافظت نشده با فرد مبتلا به هپاتیت C
- افرادی که در بخش درمانی کار می کنند.
- کودکان زاده شده از مادر آلوده به ویروس هپاتیت C.
- دریافت طب سوزنی و یا خالکوبی (تاتو) با سوزن های آلوده.
- دریافت عضو از فرد مبتلا به این بیماری.
- افرادی که وسایل شخصی مشترک همچون تیغ و یا مسواک مشترک با فرد آلوده به ویروس دارند.
- افرادی که برای مدت طولانی دیالیز می شده اند.

راههایی که هپاتیت C از آنها منتقل نمی شود، شامل:

استفاده از ظروف مشترک، شیردادن به نوزاد، بغل کردن، بوسیدن، دست دادن، سرفه و یا فین کردن باعث انتقال هپاتیت C نمی شود. همچنین این ویروس از طریق خوارکی و آب نیز منتقل نمی شود.

عوارض هپاتیت C

عفونت هپاتیت C می تواند سالها در بدن مانده و باعث مشکلات جدی همچون:

زخم در بافت کبدی (سیروز کبدی) - بعد از بیست تا سی سال از ابتلا به هپاتیت C فرد دچار سیروز کبدی می شود. بعد از زخم شدن کبد، فعالیت برای کبد سخت می شود.

سرطان کبد - تعداد کمی از افراد مبتلا به هپاتیت C ممکن است به سرطان کبد نیز دچار شوند.

نارسایی کبد - کبدی که شدیداً توسط هپاتیت C آسیب دیده است، ممکن است قادر به عملکرد مناسب نباشد.

درمان هپاتیت C

پگ اینترفرون ها داروهای ضد ویروسی می باشند که برای درمان این نوع هپاتیت استفاده می شوند.

هدف این داروها:

کمک به بدن برای از بین بردن ویروس

کاهش خطر سیروز کبدی و سرطان کبد

برای عملکرد صحیح داروهای تجویز شده را باید طبق دستور پزشک و بدرستی مصرف نمود. در افرادی که دچار مشکلات

کبدی همچون سیروز کبدی شده اند، ممکن است از پیوند کبد استفاده نمود. اگر شما مبتلا به هپاتیت C هستید:

از داروهایی که قبلاً استفاده می کردید، قبل از مشورت با پزشک دوباره استفاده نمایید.

از الکل و مواد مخدر استفاده ننمایید. الکل باعث افزایش سرعت آسیب کبدی می شود و همچنین می تواند تاثیر داروها را کم نماید.

با پزشکتان درباره نیاز به واکسن های هپاتیت بی و هپاتیت A مشورت نمایید.

پیشگیری از هپاتیت C

متاسفانه تا کنون واکسنی برای پیشگیری از هپاتیت C کشف نشده است. توصیه می شود:

در صورت اعتیاد مواد مخدر را ترک نمایید. در صورت مصرف و تزریق از وسایل مشترک استفاده نکنید.

در مکان های غیر بهداشتی و بدون مجوز اقدام به خالکوبی و تاتو نکنید.

از رابطه جنسی پرخطر و رابطه های بی بندوبار خودداری نمایید. وسایل شخصی همچون مسواکتان را بادیگران با اشتراک نگذارید.

توصیه های مهم به افراد مبتلا به این بیماری

کدام است؟

پیشنهاد می کنیم تمام وسایلی را که ممکن است به خون آلوده شوند، مانند ناخن گیر، مسواک، تیغ و ... به طور اختصاصی داشته باشید و اجازه ندهید شخص دیگری از این وسایل استفاده کند

اگر جایی از بدنتان زخم شد و یا ترشحاتی مثلاً به دنبال سوختگی داشتید، حتماً این قسمت ها را بپوشانید و اگر خونتان در جایی

ریخت، آن قسمت را با محلول کلردار مثل آب نمک یا آب ژاول شستشو دهید.

درمان را به شکل صحیح و به موقع انجام دهید، چون در بهترین حالت و بسته به نوع ویروس تا ۹۰ درصد امکان بهبودی است و در بدترین حالت ۶۰ درصد است.

خوشبختانه معمولاً کسی که تحت درمان است، ویروس فعالی در خونس ندارد و ناقل ویروس نیست

آنچه در این زمینه مهم است تعیین شدت بیماری کبدی است که باید از رژیم های غذایی سخت دور شود در صورت شدید بودن بیماری کبدی باید از مصرف زیاد مواد گوشتی خصوصاً گوشت قرمز خودداری کرد و به جای آن از گوشت سفید ماهی، مرغ و پروتئین گیاهی استفاده نمود. مصرف سبزیجات و میوه های تازه بسیار مفید است. از مصرف غذاهای دودی که دارای نیترات هستند مانند کالباس، سوسیس و یا از مصرف افزودنی های شیمیایی خوراکی باید خودداری کرد اصولاً از پر خوری و چاقی باید دوری کرد. مصرف روزانه یک قاشق مربا خوری عسل و یا ۲ عدد خرما نیز مفید است.

منابع: اصول طب داخلی هاریسون چاپ ۲۰۱۳

<http://www.professorsoltanzadeh.com/hepatit.htm>