



بیمارستان آموزشی درمانی ابن سینا

هپاتیت

شناسنامه بروشور

عنوان	آلزامی
تهیه کننده	سمانه جعفری
نایب‌کننده	کمیته آموزش به بیمار
تاریخ	مرداد ۱۴۰۰
ناظر کیفی	
دکتر مقیمی	معاون آموزشی
خانم مقصودی	سوپروایزر آموزشی

هپاتیت یک بیماری التهابی کبدی است. این بیماری معمولاً در اثر عفونت ویروسی ایجاد می‌شود، اما علل احتمالی دیگری نیز در ایجاد هپاتیت نقش دارند. این موارد شامل هپاتیت خود ایمنی و انواع دیگر هپاتیت هستند که در نتیجه عوارض ثانویه داروها، سموم و الکل روی می‌دهند. هپاتیت خود ایمنی نوعی بیماری است که در نتیجه ی تولید پادتن توسط بدن علیه بافت کبد ایجاد می‌شود..

هپاتیت عفونی

هپاتیت عفونی بر اثر ابتلا به انواع مختلف ویروس هپاتیت ایجاد می‌شود که شامل ۵ گروه می‌باشد:

هپاتیت آ (A)

هپاتیت ب (B)

هپاتیت سی (C)

هپاتیت د (D) / دلتا (نوعی نادر)

هپاتیت ای (E)

هپاتیت غیر عفونی

هپاتیت سمی / توکسیک و الکلی

هپاتیت خودایمنی / اتوایمیون (Autoimmune hepatitis, AIH)

نوع ۱ (نوع شایع تر)

نوع ۲

راه های انتقال هپاتیت چیست؟

در هپاتیت های عفونی که عامل ویروسی دارند، انواع ویروس های هپاتیت می توانند از راه های زیر به فرد منتقل شوند:

هپاتیت A و E

از طریق آب و غذای آلوده شده با مدفوع حاوی ویروس

تماس دست و اجسام آلوده به ویروس با دهان رابطه جنسی

مصرف یا تزریق داروهای غیرقانونی آلوده خون

هپاتیت C ، B و D

خون

رابطه جنسی (ترشحات واژن و مایع منی مردان)

سوزن مشترک

مادر به فرزند در هنگام زایمان (احتمال انتقال در حین بارداری بسیار کم است)

افراد مستعد ابتلا به هپاتیت الکلی و سمی

مصرف کنندگان داروهای مختلف بدون تجویز پزشک و به تعداد بالا (بخصوص استامینوفن)

مبتلایان به بیماری های کبدی مانند سیروز کبدی و کبد چرب غیر الکلی

مبتلایان به انواع هپاتیت های عفونی (مخصوصا هپاتیت B و سی)

مصرف کنندگان الکل

افراد مبتلا به اضافه وزن، در صورت مصرف الکل در خطر بالای ابتلا به هپاتیت الکلی قرار می گیرند

افراد مسن، زیرا با افزایش سن سرعت عملکرد کبد در پاکسازی سموم از بدن کاهش می یابد و این

باعث باقی ماندن طولانی تر سموم در کبد و آسیب رساندن به آن می شود

زنان، سرعت کبد در خارج کردن سموم از بدن زنان کمتر بوده و سموم برای مدت زمان بیشتری در کبد آن ها باقی می ماند

کارکنانی که با مواد شیمیایی و سمی صنعتی کار می کنند

افرادی که فرآیند تولید و عملکرد آنزیم های کبدی آن ها بر اثر جهش های ژنتیکی تغییر کرده است

درمان هپاتیت چیست؟

شروع نقطه درمان

شروع درمان هپاتیت A و E

این بیماری بدون درمان است و معمولا پس از چند هفته و بدون نیاز به درمان، بیمار بهبود می یابد. رعایت رژیم غذایی مناسب و استراحت لازمه ی بهبود بیماری است

شروع درمان هپاتیت C ، B و D

درمان پس از تشخیص مرحله بیماری تجویز می شود. اگر بیمار در مرحله حاد بیماری باشد، رژیم غذایی مناسب و استراحت تنها راه درمان بیماری است. در صورتی که بیمار در مرحله مزمن بیماری باشد، با استفاده از دارو می توان بیماری فرد را کنترل کرد.

شروع درمان هپاتیت سمی

با توجه به نوع ماده سمی که باعث ایجاد این بیماری شده است، داروی مورد استفاده آن متفاوت است .

شروع درمان هپاتیت خودایمنی

این نوع هپاتیت درمان ناپذیر است و بیماری فرد با تغذیه مناسب و مصرف دارو کنترل می شود.

درمان و مدیریت بیماری:

رژیم غذایی افراد مبتلا به هپاتیت

عدم مصرف نوشیدنی های الکلی

مصرف ویتامین ها و مواد معدنی

نوشیدن مایعات

مصرف غذا به صورت وعده های کوچک ولی متعدد (بخصوص اگر فرد دچار حالت تهوع است)

مصرف غذا با کالری و انرژی زیاد (به طور مثال نوشیدن آبمیوه و یا شیر بجای آب)

پرهیز از مصرف غذاهای چرب

ورزش

ورزش هایی مانند راه رفتن تند، شنا و دوچرخه سواری در نگهداری یا رسیدن به وزن مناسب و حتی در کاهش استرس بیمار بسیار موثر است..

چگونه از هپاتیت پیشگیری کنیم؟

مهم ترین عامل پیشگیری از بیماری هپاتیت واکسینه شدن است.

پیشگیری از هپاتیت A و E

شست و شوی مناسب دست ها و رعایت بهداشت

استفاده از غذای سالم و مطمئن

استفاده از آب تمیز و پاکیزه

عدم برقراری هرگونه رابطه جنسی با افراد مشکوک به این بیماری (به دلیل انتقال ویروس در حالت

های متفاوت، استفاده از وسایل محافظت کننده مانند کاندوم برای جلوگیری از انتقال این بیماری کافی نیست)

پیشگیری از هپاتیت C ، B و D

رابطه جنسی محافظت شده: استفاده از کاندوم (مخصوصاً از جنس لاتکس) بهترین راه برای کاهش احتمال انتقال این ویروس است و باید برای هر رابطه جنسی از کاندوم جدید استفاده شود

استفاده از سوزن استریل و یکبارمصرف

عدم استفاده مشترک از تیغ اصلاح، مسواک، حوله و دیگر وسایل بهداشتی فردی

در صورت ابتلای فرد، بیماری خود را حتماً به افرادی که با آن ها در ارتباط نزدیک هستند مانند شریک جنسی، پزشک معالج، دندان پزشک و ... اطلاع دهد

پیشگیری از هپاتیت سمی و الکلی:

پرهیز از استفاده خودسرانه دارویی

عدم مصرف الکل (بخصوص همزمان با مصرف دارو)

احتیاط در مصرف گیاهان با خواص دارویی و همچنین مکمل ها

در صورت کار با مواد شیمیایی سمی از ماسک و پوشش مناسب استفاده شود

نگهداری دارو ها و ویتامین ها دور از دسترس کودکان

پیشگیری از هپاتیت اتوایمیون:

این نوع از بیماری هیچ راهکاری برای پیشگیری ندارد و فقط می توان با آگاهی از علل و علائم، برای درمان سریع آن و جلوگیری از آسیب های جدی دیگر اقدام کرد. توجه داشتن به سوابق خانوادگی یکی از عوامل مهم برای درمان به موقع و پیشگیری از ابتلا به فرم پیشرفته این بیماری می باشد.

منابع: کتاب پرستاری و جراحی برونر و ثودارت

آدرس: شیراز - چهار راه حافظیه - خیابان حافظ - جنب بوستان

سیزده آبان - بیمارستان ابن سینا

تلفن گویا: ۴ - ۰۷۱۳۲۲۸۹۶۰۱

سایت: <http://ebnesina.sums.ac.ir>