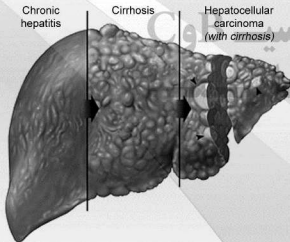


آنچه باید در مورد هیپاتیت ویروسی B و C بدانیم!

آنچه باید در مورد هیپاتیت ویروسی B و C بدانیم!



۶ مرداد ۱۳۹۲ (روز جهانی هیپاتیت)
فرصتی برای آنکه هیپاتیت را بشناسیم و با آن مقابله کنیم

مشهد - میدان آزادی - پردیس دانشگاه - سازمان مرکزی جهاددانشگاهی مشهد
گروه پژوهشی ایدز، HTLV و هیپاتیت‌های ویروسی

هپاتیت چیست؟

هپاتیت واژه‌ای است که به منظور بیان ورم و التهاب منتشر کبد به کار می‌رود.



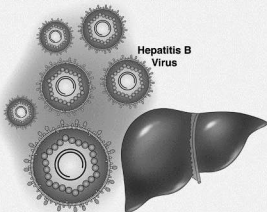
کبد عضو حساس و مهمی در بدن است که در سمت راست و بالای شکم قرار دارد و در بسیاری از فعالیت‌های حیاتی بدن از جمله ذخیره مواد غذایی

خون، خنثی‌سازی سموم تولیدی در بدن، مقابله با عفونت‌ها و توقف خونریزی نقش اساسی دارد.

هپاتیت‌ها شایع‌ترین بیماری کبد هستند. هپاتیت می‌تواند توسط عوامل میکروبی و مسری یا عوامل غیرمیکروبی مانند مصرف مشروبات الکلی، برخی داروها، بیماری‌های خود ایمن و بعضی بیماری‌های وراثتی ایجاد شود.

هپاتیت عفونی بعد از سل و مالاریا، شایع‌ترین بیماری واگیر در دنیا است. مهم‌ترین عوامل ایجاد کننده هپاتیت عفونی، ویروس‌ها هستند. عوامل ویروسی که می‌توانند موجب هپاتیت و ابتلای کبد شوند، دو گروه هستند: یکی آنها که مستقیماً ایجاد هپاتیت می‌کنند و به ترتیب با حروف الفبای انگلیسی نامگذاری شده‌اند (از A تا G). گروه دوم ویروس‌هایی که تابلوی اصلی بالینی آنها ابتلای اندام‌های دیگر است و می‌توانند در مرحله‌ای از بیماری در کبد نیز ورم و التهاب ایجاد کنند.

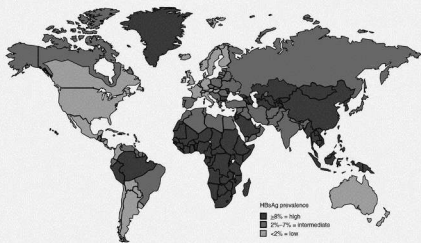
آنچه مورد بحث ماست گروه اول یا ویروس‌های کبد دوست است که مهم‌ترین آنها ویروس هپاتیت بی (B) و سی (C) می‌باشد.



تاکنون در بیش از دویلیارد نفر از مردم جهان عفونت هپاتیت B اتفاق افتاده است و در حال حاضر ۳۵۰ تا ۴۰۰ میلیون نفر در جهان حامل این ویروس هستند.

همچنین حدود ۱۷۰ میلیون نفر به ویروس هپاتیت C آلوده می‌باشند. در واقع از هر ۱۲ نفر، یک نفر ناقل ویروس هپاتیت B یا C می‌باشد و سالانه یک میلیون نفر در سراسر جهان به دلیل ابتلا به هپاتیت ویروسی فوت می‌کنند.

در ایران نیز در حال حاضر ۲ میلیون نفر آلوده به ویروس هپاتیت B وجود دارند و ۲۰۰ هزار نفر مبتلا به هپاتیت C شناسایی شده‌اند که البته این آمار در مناطق مختلف کشور متفاوت است. در واقع مهمترین عامل هپاتیت مزمن، نارسایی کبد و سرطان کبد در ایران، عفونت هپاتیت B است.



علائم و نشانه‌های هیپاتیت ویروسی



در هیپاتیت حاد که به معنی عفونت کوتاه مدت است بیماران ممکن است هیچ علامتی نداشته یا علائمی شبیه آنفولانزای خفیف مانند کاهش اشتها، خستگی و درد شکم داشته باشند. در مواردی ممکن است زردی (یرقان) بروز کند.

در نهایت بیش از ۹۰ درصد افرادی که مبتلا به هیپاتیت حاد B شده‌اند حتی بدون درمان، بهبودی کامل یافته و ویروس از بدن آنها پاک می‌شود. با تشخیص پادتن ضدویروس در خون این افراد، می‌توان سابقه عفونت را به اثبات رساند. در بقیه موارد ویروس در بدن فرد مبتلا باقی مانده و حالت ناقل مزمن ایجاد می‌شود.

هرچقدر آلودگی به ویروس در سنین پایین تری رخ دهد احتمال اینکه فرد ناقل مزمن عفونت شود، بیشتر است و نوزادانی که از مادر آلوده متولد می‌شوند اگر دچار عفونت ویروسی هیپاتیت B شوند، تقریباً در اکثر موارد ناقل ویروس می‌شوند. با این حال در مورد هیپاتیت حاد C در درصد کمتری از مبتلایان، ویروس از خون پاک می‌شود و تا ۸۰ درصد موارد ویروس در بدن افراد آلوده باقی مانده و می‌تواند به دیگران هم سرایت کند.



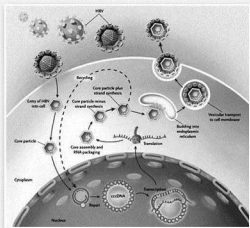
ناقلین هپاتیت به کسانی گفته می‌شود که ویروس آن در خونشان بیش از شش ماه وجود داشته باشد. حال عمومی این افراد اغلب خوب بوده، در بررسی آزمایشگاهی اختلالی در کار کبد آنها مشاهده نمی‌شود و سونوگرافی کبد طبیعی است. در این حالت ویروس به صورت مسالمت آمیز در بدن وجود دارد و آسیبی به کبد نمی‌رساند. اغلب افراد ناقل به‌همین صورت باقی مانده و تا پایان عمر مشکلی پیدا نمی‌کنند.

در واقع اکثر افراد آلوده به ویروس هپاتیت، علامتی دال بر بیماری ندارند و ابتلای آنان در بسیاری از موارد تا سال‌ها تشخیص داده نمی‌شود و ممکن است به‌صورت اتفاقی و مثلاً هنگام اهدای خون یا بررسی‌های آزمایشگاهی معلوم شود. با این حال در تعداد کمی از این افراد ممکن است ویروس فعال شده موجب آسیب کبدی گردد. در این صورت علائم معمول هپاتیت مانند زردی، بی‌اشتهایی، خستگی، تهوع، استفراغ و درد قسمت راست و بالای شکم بروز می‌کند. از طرف دیگر از هر ۱۰۰ نفر ناقل هپاتیت B سالیانه یک نفر ویروس به‌طور کامل از بدنش پاک می‌شود.

در هپاتیت مزمن نشانه‌های آسیب کبدی بروز می‌کند که شایع‌ترین علامت آن ضعف و خستگی زودرس است. افراد مبتلا به هپاتیت مزمن به‌ویژه هپاتیت C پس از چندین سال دچار آسیب شدید کبد و سیروز (اسکار کبدی) می‌شوند و در مواردی سرطان کبد ممکن است ایجاد شود. تقریباً یک‌چهارم مبتلایان به هپاتیت مزمن فعال به خاطر سیروز یا سرطان کبد جان خود را از دست می‌دهند.

راه‌های انتقال هپاتیت ویروسی

ویروس هپاتیت B از مقاومت بالایی در محیط خارج از بدن انسان برخوردار است. این ویروس در دمای زیر ۲۰ درجه سانتی‌گراد به مدت ۱۵ سال و در دمای اتاق به مدت ۶ ماه زنده می‌ماند. همچنین این ویروس روی سطوح بیجان مثل خون خشک‌شده، ۳ تا ۴ هفته باقی می‌ماند.



بنابراین احتمال انتقال این ویروس به صورت مستقیم و یا غیر مستقیم از طریق اشیا و وسایل بیجان مطرح می‌باشد. ویروس هپاتیت C نیز در محیط خارج از بدن و درون خون خشک شده به مدت سه ماه زنده می‌ماند ولی با جوشاندن به مدت ۵ دقیقه از بین می‌رود.

راه‌های انتقال ویروس هپاتیت ب عبارتند از:

۱- تزریق خون یا فرآورده های خونی آلوده:

از آنجائیکه امروزه تمامی خون‌های اهدایی در سازمان انتقال خون از نظر هپاتیت آزمایش می‌شوند، احتمال انتقال از این راه بسیار کم است.



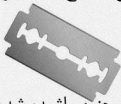
۲- تماس پوست آسیب دیده یا مخاط چشم و دهان با خون یا سایر ترشحات آلوده به ویروس:

به هر صورتی که خون حاوی ویروس با پوست زخمی یا مخاط فرد دیگری تماس یابد و یا به وسیله اجسام نوک تیز و برنده تلقیح شود، موجب انتقال می‌شود. این موارد عبارتند از:



• استفاده از سرنگ مشترک در معتادان تزریقی (شایع‌ترین راه انتقال هیپاتیت C در بسیاری از کشورها از جمله ایران است و در انتقال هیپاتیت B نیز اهمیت زیادی دارد).

- استفاده از وسایل غیر بهداشتی و ضدعفونی نشده برای انجام اعمالی مانند خالکوبی، تاتو، حجامت، ختنه، سوراخ کردن گوش، جراحی‌های کوچک، اقدامات دندانپزشکی و طب سوزنی
- استفاده مشترک از وسایل شخصی برنده از قبیل قیچی، تیغ، ناخن‌گیر، مسواک، برس با دندان‌های تیز، ماشین اصلاح، کیسه زبر حمام و ...



- فرو رفتن سوزن آلوده به داخل پوست و همچنین پاشیده شدن خون آلوده به مخاط چشم در بین کارکنان مراکز بهداشتی و درمانی

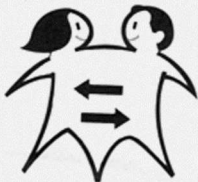




۳- انتقال از مادر آلوده به جنین و نوزاد: ویروس هیپاتیت می‌تواند در دوران بارداری (داخل رحم)، در زمان تولد و یا از طریق شیر مادر به کودکان منتقل شود. اما بیشترین احتمال انتقال ویروس در هنگام زایمان است. این روش مهم‌ترین راه انتقال هیپاتیت B در ایران است اما در مورد هیپاتیت C اهمیت کمتری دارد.

۴- انتقال از طریق تماس جنسی:

تماس جنسی محافظت نشده با فرد آلوده و به‌ویژه رفتارهای جنسی پرخطر مانند داشتن شرکای جنسی متعدد یکی دیگر از راه‌های مهم انتقال هیپاتیت می‌باشد (ویروس هیپاتیت B بیشتر از هیپاتیت C از راه تماس جنسی منتقل می‌شود).



ویروس هیپاتیت از چه راه هایی منتقل نمی شود؟

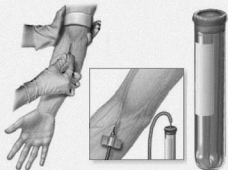
ویروس هیپاتیت به دنبال روابط اجتماعی معمول روزانه مانند صحبت کردن، دست دادن، درآغوش گرفتن و یا روبوسی کردن منتقل نمی شود. کار کردن در یک مکان، استفاده از رختخواب و لباس مشترک، حمام عمومی و استخر خطری جهت انتقال این بیماری ندارند. همچنین آلودگی به ویروس از راه غذا و نیز از طریق ظروف غذایی که تمیز شسته شوند صورت نمی گیرد.

- در مجموع گروههای پرخطر از نظر ابتلا به هیپاتیت عبارتند از:
- ۱- دریافت کنندگان مکرر خون و فرآورده های خونی
 - ۲- کارکنان بهداشتی درمانی که با خون و فرآورده های خونی سروکار دارند.
 - ۳- افرادی که چندین شریک جنسی دارند یا سابقه بیماری آمیزشی داشته باشند.
 - ۴- کسانی که با مبتلایان به هیپاتیت B در یک خانه زندگی می کنند.

تشخیص هپاتیت ویروسی

تشخیص این بیماری بوسیله آزمایشات خون امکان پذیر است. مثبت بودن نتیجه آزمایش خون به این معنی است که فرد حامل ویروس هپاتیت بوده و می تواند آنرا به دیگران منتقل کند. در مورد هپاتیت B ابتدا یک آزمایش برای تشخیص وجود ذرات سطحی ویروس (HBsAg) انجام می شود. هر فردی که این ذرات را داشته باشد، آلوده به ویروس تلقی می شود. در صورت لزوم و برای پی بردن به اینکه آیا ویروس در حال حاضر در بدن فرد آلوده در حال فعالیت و تکثیر است آزمایش دقیق تری به نام PCR انجام می شود.

در مورد هپاتیت C ابتدا یک آزمایش برای تشخیص وجود پادتن های ویروس انجام می شود. مثبت بودن نتیجه این آزمایش نشان می دهد که فرد در گذشته با ویروس تماس داشته است و بدن با تولید پادتن واکنش نشان داده است. برای اینکه مشخص شود آیا عفونت در حال حاضر هم وجود دارد باید آزمایش تکمیلی PCR انجام شود.



در مورد هر دو ویروس هیپاتیت B و C برای پی بردن به اینکه کبد به چه میزان آسیب دیده است آزمایش خون جهت بررسی مقدار آنزیم‌های کبدی و سونوگرافی کبد انجام می‌شود. همچنین ممکن است پزشک برای تشخیص میزان تاثیر گذاری ویروس بر روی کبد و در صورت لزوم انتخاب روش مناسب درمان، از بافت کبد نمونه برداری کند (بیوپسی کبد).

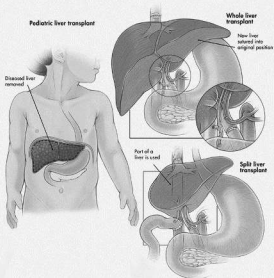
**آزمایشات تشفیص هیپاتیت در
آزمایشگاه‌های جهاد دانشگاهی مشهد
با تعرفه دولتی قابل انجام است.**

پس از تشخیص یک فرد آلوده به ویروس هیپاتیت، سایر افراد خانواده وی شامل همسر، والدین و خواهر و برادر فرد بیمار نیز - حتی اگر در حال حاضر با هم زندگی نکنند - باید از نظر ابتلا به این عفونت بررسی گردند زیرا ممکن است ابتلای آنان در دوران کودکی و به‌طور مشترک صورت گیرد.

درمان هپاتیت ویروسی

برای افراد ناقل ویروس هپاتیت که علامت بالینی مشخصی ندارند، در حال حاضر هیچ اقدام درمانی برای پاک شدن از ویروس وجود ندارد و تنها در صورت فعال شدن ویروس و ایجاد ضایعه کبدی نیاز به مصرف داروهای خاص خواهند داشت. این افراد محدودیتی در رژیم غذایی نداشته و می‌توانند از همه نوع مواد غذایی با رعایت اعتدال استفاده نمایند.

در هپاتیت مزمن که مقدار آنزیم‌های کبدی بالا می‌رود و آسیب کبدی وجود دارد، داروهای ضد ویروسی توصیه می‌شود تا ویروس غیر فعال شده و از آسیب بیشتر کبد جلوگیری گردد. در صورت نارسایی شدید کبدی ممکن است پیوند کبد صورت گیرد.



پیشگیری از آلودگی به ویروس هیپاتیت

۱- رعایت موازین بهداشتی :

- از وسایل شخصی دیگران استفاده نکنید.
- از دریافت خدماتی نظیر ختنه، حجامت خالکوبی، سوراخ کردن گوش، کشیدن دندان طب سوزنی و امثال آن به روش‌های غیر بهداشتی اکیدا خودداری کنید.



- در مراجعه به مراکز درمانی از رعایت دقیق اصول بهداشتی مطمئن شوید.



- در مراجعه به آرایشگاه‌ها از تعویض تیغ توسط آرایشگر مطمئن شوید (بهتر است کیف جداگانه ای جهت وسایل مورد استفاده در آرایشگاه برای خود تهیه کنید).

- از هرگونه اقدامی که موجب تماس پوست آسیب دیده یا مخاط چشم و دهان با خون و ترشحات آلوده دیگر می شود، پرهیز کنید.

- از روابط جنسی ناسالم پرهیز کنید.

۲- ایمن سازی:



ایمن سازی علیه هپاتیت B شامل ایمن سازی فعال با واکسیناسیون و ایمن سازی غیرفعال است.

ایمن سازی فعال: تلقیح سه نوبت واکسن هپاتیت B موجب ایمن شدن افراد در مقابل ابتلا به این بیماری می شود. هر چه سن فرد واکسینه شده کمتر باشد پاسخ ایمنی بالاتر خواهد بود.

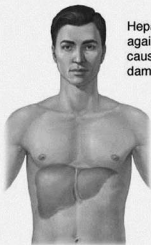
خوشبختانه از سال ۱۳۷۲ واکسیناسیون هپاتیت B برای کلیه نوزادان در سراسر کشور انجام می شود و بیشتر متولدین سال های ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۱ نیز این واکسن را دریافت کرده اند و به همین دلیل در دو دهه اخیر از میزان بروز موارد جدید این عفونت در کشور کاسته شده است.

- همچنین واکسیناسیون هپاتیت B در موارد زیر ضرورت دارد:
- همسر، فرزندان، والدین و کلیه کسانی که با فرد ناقل هپاتیت B زندگی می کنند.
 - کارکنان بهداشتی - درمانی که ممکن است با خون و یا ترشحات آلوده بیماران و یا با سوزن و سایر وسایل آلوده به ویروس در تماس باشند.

• بیماری‌هایی که در معرض تزریق خون مکرر هستند (مبتلایان به تالاسمی و هموفیلی و بیماران دیالیزی).

در حال حاضر واکسن موثری برای محافظت در برابر هپاتیت C وجود ندارد ایمن‌سازی غیرفعال: منظور تجویز پادتن اختصاصی (ایمونوگلوبولین) ضد ویروس هپاتیت B است که در مواقع تماس اتفاقی با ویروس و عدم وجود سابقه ایمنی تجویز می‌شود. به طور مثال به نوزاد متولد شده از مادر آلوده علاوه بر واکسن باید بلافاصله پس از تولد ایمونوگلوبولین نیز تجویز شود.

همچنین در تماس‌های اتفاقی با سوزن آلوده به ویروس، پاشیدن خون آلوده به مخاط یا تماس جنسی با فرد مبتلا تجویز ایمونوگلوبولین می‌تواند یک ایمنی زودرس و فوری ایجاد نماید تا بدن فرصت ساختن پادتن با دریافت واکسن را داشته باشد.



Hepatitis B vaccine protects against serious disease causing inflammation and damage to the liver



چند نکته مهم درباره هپاتیت ویروسی



• ناقلین هپاتیت می‌توانند ازدواج کنند اما باید توصیه‌های بهداشتی را رعایت نمایند. همسر فرد آلوده باید دوره کامل واکسیناسیون هپاتیت B را انجام داده و با آزمایش خون از تاثیر مناسب واکسن مطمئن گردد.

• بانوان ناقل هپاتیت می‌توانند باردار شوند. در این صورت لازم است با انجام اقدامات مناسب مانند تجویز واکسن به همراه ایمنوگلوبولین اختصاصی هپاتیت B از انتقال ویروس به نوزاد جلوگیری کرد.

• برای ضد عفونی کردن وسایل و لباس‌های آلوده به خون، می‌توان پس از تمیز کردن لکه‌های خون آنها را به مدت ۳۰ دقیقه در محلول ضد عفونی مثل وایتکس رقیق شده (به نسبت یک قسمت وایتکس و ۱۰ قسمت آب) قرار داد و یا ۵ دقیقه در آب جوشاند.

با شخص مبتلا به هیپاتیت
می‌توان زندگی کرد، معاشرت کرد
کار کرد و ازدواج کرد.

اگر شما ناقل ویروس هیپاتیت هستید به موارد زیر توجه کنید:

- اصلا نگران نباشید و دیگران را نیز نگران نکنید.
- در صورت مراجعه به دندانپزشک، آزمایشگاه، پزشک و اصولا هر جایی که خطر انتقال ویروس به دیگران وجود دارد، بهتر است مسئول مرکز را در جریان بیماری خود قرار دهید.
- هرگز خون، پلاسما یا بافت اهدا نکنید (البته می‌توانید با آگاه ساختن پزشک انتقال خون، راهنمایی‌های لازم برای فصد درمانی را دریافت نمایید).
- مشروبات الکلی سبب تشدید بیماری می‌شوند. بنابراین جدا از مصرف آن پرهیز نمایید.

• اگر چاق هستید تلاش کنید اضافه وزن خود را کم کنید.

• همیشه سبزیجات و میوه مصرف کنید و از خوردن غذاهای چرب و آماده خودداری نمایید.

• ورزش و فعالیت منظم بدنی برای شما بسیار مفید است. حتما آن را در برنامه خود بگنجانید.

• برای بررسی وضعیت کبد هر شش ماه یکبار به پزشک مراجعه نمایید.

بیماران مبتلا به هپاتیت، جهت دریافت خدمات حمایتی می‌توانند به انجمن حمایت از بیماران کبدی فراسان رضوی واقع در فیابان دانشگاه- ابتدای فیابان کفایی- پلاک ۱۰/۱ مراجعه نمایند.

منابع:

- ۱- سید مؤید علویان، "هیاتیت بی"، چاپ اول، ۱۳۸۶، تهران: پژوهاک علم آریا.
- ۲- سید مؤید علویان، "هیاتیت سی"، چاپ دهم، ۱۳۹۰، تهران: پژوهاک علم آریا.
- ۳- هیاتیت ب (<http://www.magiran.com/view.asp?ID=۸۳۱۴۳>).
- ۴- هیاتیت ث (<http://www.tebyan.net/index.aspx?pid=۱۸۶۸۲>).

ACECR



WORLD HEPATITIS DAY



**This is Hepatitis.
Know it. Confront it.**

28 July 2013

Academic Center for Education, Culture & Research
Mashhad Branch