

## نقش کبد در بدن

کبد شما یکی از مهمترین اعضای بدن است که نقش حیاتی در زندگی شما ایفا می‌کند. وظیفه اولیه کبد تصفیه هر چیزی است که شما می‌خورید. کبد در مراقبت از عفونت‌ها کمک می‌کند و میکروبها و سایر مواد سمی را از خون شما خارج کرده و به حفاظت سلامت شما کمک می‌کند. همچنین کبد مسئول ذخیره انرژی برای به حرکت در آوردن عضلات و کنترل قند خون و تنظیم کلسترول و نیز مسئول کنترل چندین هورمون و آنزیم دیگر است.

## هیپاتیت چیست؟

هیپاتیت که از نظر لغوی به معنای التهاب کبد است می‌تواند در اثر عوامل مختلف از جمله بسیاری از داروها، ویروس‌های مختلف، بیماریهای خود ایمنی و بیماریهای ژنتیکی پدید آید. هیپاتیت «سی» نوعی بیماری کبدی است که در اثر عفونت با ویروس هیپاتیت «سی» رخ می‌دهد. ویروس هیپاتیت «سی» در سلولهای کبدی زندگی می‌کند و موجب التهاب کبد (هیپاتیت) می‌شود. این ویروس همچنین می‌تواند موجب آسیب‌های دائمی کبد مثل سیروز (تنبلی کبد)، سرطان کبد و نارسایی کبد گردد. بسیاری از بیماران تا زمانیکه دچار آسیب کبدی شوند، از بیماری خود بی‌اطلاع هستند و این امر ممکن است چندین سال پس از آلوده شدن فرد به ویروس هیپاتیت «سی» رخ دهد. بلافاصله پس از اینکه فردی به ویروس هیپاتیت «سی» آلوده شود، وارد مرحله کوتاه مدت و ابتدایی بیماری می‌گردد. در بعضی افراد پس از این مرحله ویروس هیپاتیت به طور دائمی از بدن پاک شده و هرگز مشکل کبدی پدید نمی‌آید ولی حدود ۸۵ درصد افرادی که به این ویروس مبتلا می‌شوند وارد فاز پیشرفته و طولانی مدت بیماری می‌شوند.

## ابتلا به هیپاتیت «سی» چگونه رخ می‌دهد؟

بیماری هیپاتیت «سی» توسط ویروس هیپاتیت «سی» ایجاد می‌گردد. این ویروس پس از تماس فرد با خون بیمار مبتلا به هیپاتیت «سی» وارد بدن می‌شود. هیپاتیت «سی» از خون یک فرد به خون فرد دیگر منتقل می‌شود ولی از طریق بغل کردن، بوسیدن، سرفه یا عطسه کردن و آب یا غذای مشترک منتقل نمی‌شود. ویروس هیپاتیت «سی» در محیط خارج از بدن و درون خون خشک شده نیز به مدت سه ماه زنده می‌ماند، ولی با جوشاندن در ۱۰۰ درجه سانتی‌گراد و به مدت ۵ دقیقه از بین می‌رود.

## امکان انتقال هیپاتیت «سی» در چه مواردی است؟

- استفاده از سرنگها یا دیگر وسایل که جهت تزریق داروها و مواد غیرمجاز به صورت مشترک به کار می‌روند. این روش شایعترین روش انتقال هیپاتیت «سی» در بسیاری از کشورهاست.
- خالکوبی، حجامت، تاتو کردن، سوراخ کردن گوش، خدمات پزشکی و دندانپزشکی در محل‌های نامطمئن و با وسایل آلوده.
- دریافت خون یا عضو اهدائی آلوده قبل از سال ۱۳۷۵.
- تماس پزشکان و کارکنان مراکز بهداشتی-درمانی با خون فرد آلوده.
- در موارد نادر از مادر آلوده به هیپاتیت «سی» به نوزادش در حین زایمان.
- اگر شک به ابتلای خود به هیپاتیت «سی» دارید، از اهداء خون خودداری کرده و آزمایش دهید.

متأسفانه برخی از ورزشکاران جهت تزریق داروهای تقویتی از سرنگ مشترک استفاده می‌کنند که یکی از راههای ابتلا می‌باشد.

شایعترین راه انتقال هیپاتیت «سی» روش تزریقی است که بیش از ۵۰ درصد موارد را شامل می‌گردد. انتقال هیپاتیت «سی» از راه جنسی نسبت به هیپاتیت «بی» کمتر است. شیردهی موجب انتقال هیپاتیت «سی» نمی‌شود.

## باید توجه داشت که در ۲۰ درصد موارد، علت برای ابتلا یافت نمی‌شود.

## آیا ممکن است فردی هم هیپاتیت «سی» داشته باشد و هم «بی»؟

با توجه به راه‌های مشترک انتقال این دو ویروس پاسخ مثبت است. اغلب کسانی که آلودگی به هر دو ویروس را دارند، معتادان تزریقی هستند. بررسی از نظر عفونت HIV نیز مهم است.

## آیا واکسنی برای جلوگیری از انتقال هیپاتیت «سی» وجود دارد؟

تاکنون واکسنی ساخته نشده که بتواند در برابر ویروس هیپاتیت «سی» مصونیت ایجاد کند.

## کدام ویروس هیپاتیت بیشتر از راه جنسی منتقل می‌شود؟

ویروس هیپاتیت «بی» بیش از هیپاتیت «سی» از راه تماس جنسی منتقل می‌شود. موارد هیپاتیت «سی» ناشی از تماس جنسی غالباً در افرادی که شرکای جنسی متعددی دارند دیده می‌شود. با توجه به شباهت راههای انتقال هیپاتیت و ویروس عامل بیماری ایدز، بسیاری از مبتلایان به ویروس ایدز بطور هم‌زمان به ویروس هیپاتیت «بی» و «سی» هم آلوده‌اند، که این امر موجب تشدید علائم و مشکلات بیماران و کوتاه‌تر شدن عمر آنان می‌شود.

## اگر لباس کسی آغشته به خون بیمار مبتلا به هیپاتیت بی یا سی شود، چه اقداماتی باید انجام داد؟

در صورتیکه لباس یا هر شیئی دیگری به خون فرد آلوده آغشته شود، در ابتدا باید خون را با آب سرد در حالی که دستکش به دست است کاملاً شست. چون ویروس در خون خشک شده هم تا مدتی باقی می‌ماند، بنابراین باید خون کاملاً پاک شود. سپس با دو روش می‌توان وسیله را ضدعفونی کرد:

- استفاده از مواد ضدعفونی‌کننده مانند مایعات سفیدکننده و مواد کلردار برای مدت ۲۰ دقیقه.
- جوشاندن برای مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه.

## آیا برای مبتلایان به هیپاتیت سی محدودیتی از نظر ازدواج وجود دارد؟

یکی از راههای انتقال هیپاتیت «سی»، می‌تواند انتقال از راه تماس جنسی با فرد آلوده باشد، ولی شانس این انتقال بسیار پایین است، بطوریکه در اغلب موارد هیپاتیت «سی» از همسر به طرف مقابل منتقل نمی‌شود. بنابراین فرد آلوده به هیپاتیت «سی» می‌تواند ازدواج کند و می‌تواند بچه دار شود ولی توصیه‌های بهداشتی را رعایت کند. افراد متاهل جهت بچه دار شدن، با پزشک معالج خود مشورت کنند.

## آیا وجود یک فرد ناقل در منزل خطرناک است؟

در صورتیکه دستورات ساده بهداشتی رعایت شود، شانس برای انتقال هیپاتیت «سی» بین افراد خانواده باقی نمی‌ماند.

## چه مواردی در پیشگیری از انتقال ویروس نقش بسزایی دارند؟

- زخم و بریدگی‌های 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.
- از سرنگ مشترک استفاده نکنید.
- از ریش تراش، مسواک و لوازم آرایش یا لوازم شخصی دیگران بطور مشترک استفاده نکنید.
- مواظب باشید در داخل خانه به صورت اشتباهی از مسواک همدیگر به صورت مشترک استفاده نکنید. بهتر است محل نگهداری مسواک‌ها و رنگ آنها متفاوت باشد.
- بیاد داشته باشید هیپاتیت «سی» واکسن ندارد لذا پیشگیری از آلودگی دیگران با عمل به توصیه‌های بهداشتی بر عهده شماست.

## علائم و نشانه‌ها

دو نوع هیپاتیت «سی» وجود دارد، نوع اول هیپاتیت «سی» حاد نامیده می‌شود و به معنی عفونت کوتاه مدت است. علائم این مرحله شبیه آنفولانزای خفیف است. نوع دوم که هیپاتیت «سی» مزمن نامیده می‌شود به این معناست که فرد به نوعی عفونت جدی‌تر و طولانی‌مدت مبتلا شده است. اکثر بیماران وارد مرحله مزمن می‌شوند ولی همچنان بدون علامت باقی می‌مانند، به همین علت در بسیاری از موارد دیده می‌شود که فرد تا ۱۵ سال یا بیشتر تشخیص داده نشده باقی می‌ماند و به صورت اتفاقی، بعد از اهداء خون یا بررسی کامل پزشکی متوجه ابتلا به هیپاتیت «سی» می‌گردد و افراد بدون علامت هستند.

## علائم هیپاتیت «سی» ممکن شامل موارد زیر باشد:

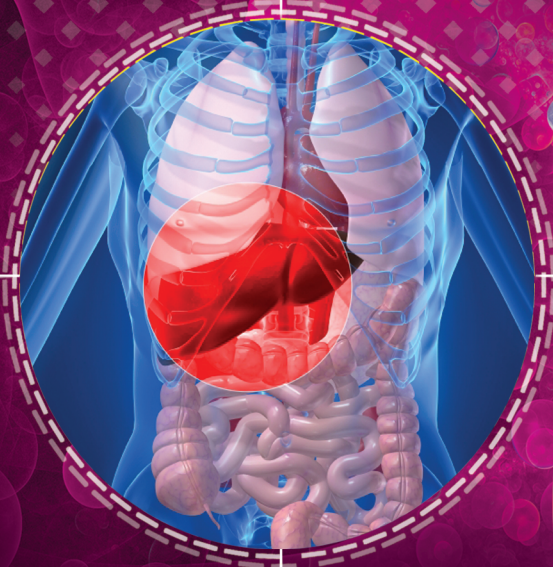
خستگی، تب اندک، سردرد، گلو درد خفیف، کاهش اشتها، تهوع، استفراغ، درد قسمت فوقانی راست شکم (روی کبد)، درد مفاصل، خارش پوست، درد عضلانی، ادرار پررنگ و زردی (حالتی که در آن پوست و سفیدی چشم بیمار به سمت زردی می‌رود).

## هیپاتیت «سی» به آهستگی موجب آسیب کبد بیمار می‌شود.

حدود ۸۵ درصد افرادی که وارد مرحله مزمن بیماری می‌شوند، پس از ۲۰ سال یا بیشتر دچار آسیب شدید کبدی و اسکار کبدی (سیروز) می‌شوند.

# هپاتیت سی

## Hepatitis C Virus



شبکه هپاتیت ایران



IRAN HEPATITIS NETWORK



MELDcenter



Hope Health Club



بدون هپاتیت



www.meldcenter.com

دکتر سید موید علویان  
استاد و فوق تخصص گوارش و کبد

درمان دارد، لذا پیشنهاد می شود تمامی بیماران مبتلا به هپاتیت «سی» برای جلوگیری از پیشرفت آسیب کبدی، هرچه زودتر درمان شوند. امروزه هپاتیت «سی» کاملاً قابل درمان است و در صورت مصرف دقیق دارو تحت نظارت پزشک، این ویروس بطور کلی از بدن بیمار پاک میشود. در اکثر موارد قابل درمان است و میزان پاسخ به درمان، به میزان آسیب کبدی بیمار، مقدار ویروس موجود در بدن وی و نوع ویروس هپاتیت «سی» که فرد به آن مبتلا شده است بستگی دارد. شش نوع مختلف از ویروس هپاتیت «سی» وجود دارد، نوع ۱، ۲ و ۳ در سراسر جهان یافت می شود، نوع ۴ در آفریقای شمالی دیده می شود، نوع ۵ در آفریقای جنوبی و نوع ۶ در آسیا شایع است. بخش مهمی از درمان هپاتیت «سی» به مراقبت فرد از خود بستگی دارد. بیمار می تواند با انجام ورزش، مصرف غذا و میوه های سالم، ترک دخانیات، پرهیز از مصرف الکل، مواد مخدر و داروهایی که موجب آسیب کبدی می شوند، از آسیب بیشتر کبد جلوگیری کرده و وضعیت بهتری داشته باشد.

### درمان های جدید هپاتیت سی را بشناسید

امروزه با توجه به کشف داروهای جدید و تاثیر بسیار بالای آنها در ریشه کنی هپاتیت سی، باید درمان قطعی بیماری امیدوار بود. در سابق از داروهای تزریقی مثل آلفا اینترفرون استفاده می شد که با عوارض زیادی همراه بوده است. خوشبختانه داروهای جدید با وجود تاثیر نزدیک به ۱۰۰ درصد با عوارض کمی همراه می باشند. اولین داروی مهم که در سال ۲۰۱۴ در دسترس جامعه قرار گرفت، داروی سوفوسبوویر (Sofosbuvir) بود. این قرص از مهارکننده های مهم هپاتیت سی بوده و به صورت قرص های ۴۰۰ میلی گرمی همراه با سایر داروها استفاده می شود. داروی بعدی، لدیپاسوویر (Ledipasvir) می باشد که قرص ۹۰ میلی گرمی آن همراه با داروی Sofosbuvir در انواعی از عفونت هپاتیت سی تا ۱۰۰ درصد موارد موثر میباشد. به تدریج داروهای دیگری از قبیل داکلاتاسوویر (Daclatasvir)، ویکیراپاک (Viekirapak)، زیپاتیر (Zepaiteir) و داروی جدید ولپاتاسوویر (Velpatasvir) معرفی گردیدند. برای نحوه و مدت مصرف این داروها و اینکه آیا همراه با قرص ریباویرین مصرف شوند با پزشک معالج خود در میان بگذارید. تعیین شدن هپاتیت سی در بدن و میزان آسیب کبدی با فیبرواسکن و نوع ژنوتیپ و آنزیم های کبدی می توانند راهنمای پزشک در تصمیم خود باشد.



سال ۱۴۱۰ سال ریشه کنی هپاتیت سی در ایران

برای کسب اطلاعات بیشتر می توانید به کتاب راهنمای جامع هپاتیت سی برای عموم مردم از سایت

meldcenter.com و hophealthclub.com مراجعه نمایید

### تشخیص هپاتیت «سی»

هپاتیت «سی» با بررسی شرح حال بیمار، معاینه وی و آزمایش های خونی تشخیص داده می شود. غالباً میزان آنزیم های کبدی در خون مبتلایان به هپاتیت «سی» بالاست. هنگامی که پزشک به هپاتیت «سی» مشکوک شود، وجود آنتی بادی های ضد هپاتیت «سی» را در خون بیمار بررسی می نماید. در صورتیکه آنتی بادی های ضد هپاتیت «سی» در خون بیمار وجود داشته باشد، برای تشخیص قطعی هپاتیت «سی» باید خون بیمار با آزمایش ریبا و پی-سی-آر مورد بررسی قرار گیرد. وجود آنتی بادی های ضد ویروس هپاتیت «سی» در خون بیمار نشان می دهد که وی در حال حاضر مبتلا به هپاتیت «سی» است. ویروس هپاتیت «سی» انواعی دارد و به همین دلیل قبل از شروع درمان بررسی ژنوتیپ ضروری است. انجام شمارش ویروس قبل از درمان و پیگیری پس از درمان نیز کمک کننده است. در اکثر موارد جهت تعیین اینکه آیا ویروس هپاتیت «سی» موجب اسکار در کبد شده است یا خیر، فیبرو اسکن انجام می شود.

### در چه مواردی باید جهت بررسی ابتلا به هپاتیت «سی» به پزشک مراجعه کرد؟

- ◀ فکر می کنید به هپاتیت «سی» مبتلا شده اید.
- ◀ دارای عوامل خطر ابتلا به هپاتیت «سی» (مانند تزریق وریدی) هستید.
- ◀ دچار علائم هپاتیت «سی» (خستگی، درد عضلانی، کاهش اشتها، تهوع، ادرار پررنگ، مدفوع کم رنگ، تب، یا زردی) بوده و مشکوک به تماس با فرد مبتلا به هپاتیت «سی» هستید.
- ◀ تست خانگی شما از نظر هپاتیت «سی» مثبت شده است.

### در چه مواردی بیمار مبتلا به هپاتیت «سی» باید با اورژانس تماس بگیرد؟

- ◀ خونریزی از مقعد یا استفراغ خونی
- ◀ در موارد گیجی شدید یا توهم

به طور منظم پیگیر بیماریتان باشید چون هپاتیت «سی» می تواند بدون تظاهرات بالینی به کبد آسیب برساند در صورت ابتلا به این بیماری هرچه زودتر با پزشک خود موضوع را در میان بگذارید. طیب و تیم مراقبت های بهداشتی شما را تحت نظر قرار می دهند. آنها نتایج تحقیقات جدید در مورد هپاتیت «سی» و انواع درمان هپاتیت «سی» را با شما در میان می گذارند و آگاهی های لازم را جهت پیشگیری از انتقال ویروس به دیگران را به شما خواهند داد.

### درمان هپاتیت «سی»

هپاتیت «سی» با داروهای خوراکی جدید قابل درمان است و در تمامی موارد نیاز به