

روز جهانی هپاتیت ویروسی با سالگرد تولد پرفسور بلومبرگ، کاشف آنتی ژن هپاتیت بی، که بعداً با کشف واکسن هپاتیت 'بی' توانست جایزه نوبل را از آن خود کند همزمان است. ارتقای سطح دانش و آگاهی مردم نسبت به بیماری هپاتیت ویروسی می تواند بیماری را در جامعه کنترل نماید.

هپاتیت ویروسی مزمن 'بی' و 'سی' جزو مهمترین علل آسیب های مزمن کبدی است. ویروس هپاتیت 'بی' به وسیله واکسن قابل پیشگیری است. از سال ۱۳۷۳ در کشور جمهوری اسلامی ایران تمام نوزادان، افراد پرخطر، شاغلین حرفه پزشکی علیه بیماری هپاتیت 'بی' واکسینه شده اند و این سبب شده تا شیوع بیماری در جامعه ایرانی کاهش یابد. در قدیم ایران جزو کشورهای با شیوع متوسط و بالا بوده است، ولی در حال حاضر کمتر از ۲ درصد جمعیت عمومی کشور حامل ویروس هپاتیت 'بی' هستند و در اکثر نقاط کشور شیوع بیماری روبه کاهش است.

برنامه واکسیناسیون نوجوانان متولد ۱۳۶۸ تا ۱۳۷۱ توانسته این قشر مؤثر در جامعه را در برابر بیماری ایمن نماید. در قدیم راه عمده انتقال بیماری از مادر به نوزاد و هنگام تولد بوده است ولی امروزه باید مراقبت بیشتری از خدمات پزشکی و رفتارهای جنسی در جامعه صورت گیرد که لزوم تعهد به چارچوب خانواده و رعایت بهداشت را اهمیت می بخشد. هپاتیت 'سی' در افراد خاص مثل تالاسمی، دیالیزی و هموفیل و کسانی که قبل از سال ۱۳۷۵ خون دریافت کرده اند شایع تر است. خوشبختانه با غربالگری خون ها از سال ۱۳۷۵ می توان به سلامت خون اعتماد کامل داشت و بروز بیماری رو به کاهش است. شیوع عفونت هپاتیت سی در معتادان تزریقی بالاست و به همین دلیل رفتارهای بهداشتی صحیح و حمایت از معتادان جهت ترک اعتیاد و بیماریابی توسط پزشکان عمومی و خانواده امری ضروری است.

دکتر سید مؤید علویان
رئیس شبکه هپاتیت ایران

کبد و هپاتیت

کبد شما یکی از مهمترین اعضای بدن است که نقش حیاتی در زندگی شما ایفا می کند. وظیفه اولیه کبد تصفیه هر چیزی است که شما می خورید. کبد در مراقبت از عفونت ها کمک می کند و میکروب ها و سایر مواد سمی را از خون شما خارج کرده و به سلامت شما کمک می کند. 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 هم می باشد. هپاتیت که از نظر لغوی به معنای التهاب کبد است می تواند در اثر عوامل مختلفی از جمله بسیاری از داروها، ویروس های مختلف، بیماریهای خود ایمنی و بیماریهای ژنتیکی پدید می آید.

هپاتیت بی

- ویروس هپاتیت بی عامل بروز بیماری هپاتیت بی در انسان است.
- براساس آخرین گزارشات سازمان بهداشت جهانی حدود ۲۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان حامل ویروس هپاتیت 'بی' هستند.
- این بیماری پس از بیماری سل و مالاریا شایعترین بیماری عفونی و مسری است.

علائم و نشانه های هپاتیت بی

- بیماری هپاتیت 'بی' می تواند بدون علامت باشد و یا علایمی بسیار شدید همراه با گرفتاری شدید کبدی ایجاد کند.
- معمولاً پس از ورود ویروس به درون بدن و پس از یک دوره نهفتگی، علائمی شبیه سرماخوردگی مثل ضعف، خستگی، احساس کسالت، بی اشتها، تب، درد عضلانی، التهاب مفاصل و بثورات پوستی ممکن است ایجاد شود.
- پس از مدتی مرحله دوم علائم به صورت بروز زردی و بهبود علائم مقدماتی به همراه تیره رنگ شدن ادرار یا کمرنگ شدن مدفوع بروز می نماید.
- بسیاری از مبتلایان به این بیماری علائمی دال بر بروز زردی نمی دهند، علت این امر ابتلا در دوران نوزادی و کودکی است که اغلب بدون علامت است.

راه های انتقال هپاتیت بی

- انتقال از راه خون و فرآورده های خونی: سابقه تزریق خون آلوده به ویروس، استفاده از سرنگ مشترک جهت تزریق، خالکوبی و تاتو کردن یا سوراخ کردن گوش با وسایل

آلوده، استفاده از مسواک یا تیغ ریش تراشی که می تواند آلوده به خون باشند و فرورفتن اتفاقی سوزن آلوده به ویروس در بدن.

- انتقال از طریق مادر آلوده به نوزاد: این راه مهمترین راه انتقال بیماری هپاتیت بی در ایران است.
- انتقال از راه جنسی: ویروس هپاتیت در ترشحات بدن از قبیل بزاق، مایع منی و ترشحات مهبل وجود دارد. عدم رعایت اصول صحیح فعالیت جنسی و یا بی بندوباری جنسی می تواند موجب انتقال هپاتیت شود.
- انتقال در بین اعضای خانواده: اگر در خانواده یک فرد ناقل هپاتیت وجود داشته باشد، امکان انتقال بیماری به سایر افراد خانواده وجود دارد و نحوه انتقال از طریق ورود خون فرد ناقل هپاتیت به مخاط و یا خون فرد سالم است.
- ویروس هپاتیت بی در اثر برخورد های ساده روزانه مانند صحبت کردن، دست دادن، بوسیدن، در آغوش گرفتن و یا در مکانهایی مانند استخرها منتقل نمی شود.

ازدواج و هپاتیت بی

- اصولاً معاشرت برای افراد مبتلا به هپاتیت بی منعی ندارد. ازدواج برای دختران و پسران مبتلا به هپاتیت بی منعی ندارد و طرف مقابل باید آزمایش داده و پس از آن تحت واکسن هپاتیت بی قرار گیرد.

واکسیناسیون هپاتیت بی

- بهترین راه مقابله با ابتلا به بیماری هپاتیت بی تزریق واکسن آن است به همین دلیل واکسیناسیون آن در کلیه نوزادان و افراد در معرض خطر انجام می شود.
- چه کسانی باید واکسن هپاتیت بی تلقیح نمایند:
 - همه نوزادان متولد شده.
 - کودکان کوچکتر از ۹ سال
 - کارکنان بهداشتی - درمانی که ممکن است با خون و فرآورده های آن و یا با سوزن و یا سایر وسایل آلوده به ویروس در تماس باشند.
 - همسر، فرزندان، والدین و کلیه کسانی که با فرد ناقل هپاتیت بی زندگی می کنند.
 - بیمارانی که در معرض تزریق خون مکرر هستند نظیر بیماران مبتلا به هموفیلی، تالاسمی، همودیالیز و یا معتادان تزریقی.

هپاتیت سی

- هپاتیت سی نوعی بیماری کبدی است که در اثر عفونت با ویروس هپاتیت سی رخ می دهد.
- ویروس هپاتیت سی در سلولهای کبدی زندگی می کند و موجب التهاب کبد (هپاتیت) می شود. این ویروس همچنین می تواند موجب آسیب های دائمی کبد مثل سیروز (تنبلی کبد)، سرطان کبد و نارسایی کبد گردد.
- بسیاری از بیماران تا زمانیکه دچار آسیب کبدی شوند، از بیماری خود بی اطلاع هستند و این امر ممکن است چندین سال پس از آلوده شدن فرد به ویروس هپاتیت سی رخ دهد.

علائم و نشانه های هپاتیت سی

- دو نوع هپاتیت سی وجود دارد، نوع اول هپاتیت سی حاد نامیده می شود و به معنی عفونت کوتاه مدت است. علائم این مرحله شبیه آنفولانزای خفیف است.
- نوع دوم که هپاتیت سی مزمن نامیده می شود به این معناست که فرد به نوعی عفونت جدی تر و طولانی مدت مبتلا شده است. اکثر بیماران وارد مرحله مزمن می شوند ولی همچنان بدون علامت باقی می مانند، به همین علت در بسیاری از موارد دیده می شود که فرد تا ۱۵ سال یا بیشتر تشخیص داده نشده باقی می ماند و به صورت اتفاقی، بعد از اهداء خون یا بررسی کامل پزشکی متوجه ابتلا به هپاتیت سی می گردد و افراد بدون علامت هستند.

علائم هپاتیت سی ممکن است شامل این موارد 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 می رود).
- حدود ۸۵ درصد افرادی که وارد مرحله مزمن بیماری می شوند، پس از ۲۰ سال یا بیشتر دچار آسیب شدید کبدی و اسکار کبدی (سیروز) می شوند.

امکان انتقال هپاتیت سی در چه مواردی است؟

- استفاده از سرنگها یا دیگر وسایل که جهت تزریق داروها و مواد غیرمجاز به صورت مشترک به کار می روند. این روش شایعترین روش انتقال هپاتیت سی در بسیاری از کشورهاست.
- خالکوبی، حجامت، تاتو کردن، سوراخ کردن گوش، خدمات پزشکی و دندانپزشکی در محل های 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 هپاتیت سی به نوزادش در حین زایمان.
- انتقال هپاتیت سی از راه جنسی نسبت به هپاتیت بی کمتر است. شیردهی موجب انتقال هپاتیت سی نمی شود.
- هپاتیت سی از طریق بغل کردن، بوسیدن، سرفه یا عطسه کردن و آب یا غذای مشترک منتقل نمی شود.

آیا واکسنی برای جلوگیری از انتقال هپاتیت سی وجود دارد؟

- تاکنون واکسنی ساخته نشده که بتواند در برابر ویروس هپاتیت سی مصونیت ایجاد کند.

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

- یکی از راههای انتقال هپاتیت سی، می تواند انتقال از راه تماس جنسی با فرد آلوده باشد، ولی شانس این انتقال بسیار پایین است، بطوریکه در اغلب موارد هپاتیت سی از همسر به طرف مقابل منتقل نمی شود. بنابراین فرد آلوده به هپاتیت سی می تواند ازدواج کند و می تواند بچه دار شود ولی توصیه های بهداشتی را رعایت کند. افراد متاهل جهت بچه دار شدن، با پزشک معالج خود مشورت کنند.

آیا وجود یک فرد ناقل هپاتیت سی در منزل خطرناک است؟

- در صورتیکه دستورات ساده بهداشتی رعایت شود، شانس انتقال هپاتیت سی بین افراد خانواده باقی نمی ماند.

روز جهانی

هپاتیت سی

آگاهی امروز، سلامتی فردا

Aware Today, Alive Tomorrow

ششم مرداد ماه
28th July - World Hepatitis Day

پیشگیری از هپاتیت سی به خودت بستگیا دارد

