نقش کبد در بدن

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 میکروبها و سایر مواد سمی را از خون شما خارج کرده و به حفاظت 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 است.

هپاتیت چیست؟

هپاتیت که از نظر لغوی به معنای التهاب کبد است می تواند در اثر عوامل مختلف از جمله بسیاری از داروها، ویروس های مختلف، بیماریهای خود ایمنی و بیماریهای ژنتیکی پدید آید. 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. بلافاصله پس از اینکه فردی به ویروس هپاتیت «سی» آلوده شود، وارد مرحله کوتاه مدت و ابتدایی بیماری می گردد. در بعضی افراد پس از این مرحله ویروس هپاتیت به طور دائمی از بدن پاک شده و هرگز مشکل کبدی پدید نمی آید ولی حدود ۸۵ درصد افرادی که به این ویروس مبتلا می شوند وارد فاز پیشرفته و طولانی مدت بیماری می شوند.

ابتلا به هپاتیت «سی» چگونه رخ می دهد؟

بیماری هپاتیت «سی» توسط ویروس هپاتیت «سی» ایجاد می گردد. این ویروس پس از تماس فرد با خون بیمار مبتلا به هپاتیت «سی» وارد بدن می شود. هپاتیت «سی» از خون یک فرد به خون فرد دیگر منتقل می شود ولی از طریق بغل کردن، بوسیدن، سرفه یا عطسه کردن و آب یا غذای مشترک منتقل نمی شود. ویروس هپاتیت «سی» در محیط خارج از بدن و درون خون خشک شده نیز به مدت سه ماه زنده می ماند، ولی با جوشاندن در ۱۰۰ درجه سانتی گراد و به مدت ۵ دقیقه از بین می رود.

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.
- اگر شک به ابتلای خود به هپاتیت «سی» دارید، از اهداء خون خودداری کرده و آزمایش دهید.

- متاسفانه برخی از ورزشکاران جهت تزریق داروهای تقویتی از سرنگ مشترک استفاده می کنند که یکی از راههای ابتلا می باشد.

شایعترین راه انتقال هپاتیت «سی» روش تزریقی است که بیش از ۵۰ درصد موارد را شامل می گردد. انتقال هپاتیت «سی» از راه جنسی نسبت به هپاتیت «بی» کمتر است. شیردهی موجب انتقال هپاتیت «سی» نمی شود.

باید توجه داشت که در ۲۰درصد موارد، علت برای ابتلا یافت نمی شود.

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

با توجه به راه های 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 هپاتیت «سی» وجود دارد؟

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

کدام ویروس هپاتیت بیشتر از راه جنسی منتقل می شود؟

ویروس هپاتیت «بی» بیش از هپاتیت «سی» از راه تماس جنسی منتقل می شود. موارد هپاتیت «سی» ناشی از تماس جنسی غالبا در افرادی که شرکای جنسی متعددی دارند دیده می شود. با توجه به شباهت راههای انتقال هپاتیت و ویروس عامل بیماری ایدز، بسیاری از مبتلایان به ویروس ایدز بطور همزمان به ویروس هپاتیت «بی» و «سی» هم آلوده اند، که این امر موجب تشدید علائم و مشکلات بیماران و کوتاه تر شدن عمر آنان می شود.

اگر لباس کسی آغشته به خون بیمار مبتلا به هپاتیت 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 کاملا شست. چون ویروس در خون خشک شده هم تا مدتی باقی می ماند، بنابراین باید خون کاملا پاک شود. سپس با دو روش می توان وسیله را ضدعفونی کرد:

- استفاده از مواد ضدعفونی کننده مانند مایعات سفید کننده و مواد کلردار برای مدت ۲۰ دقیقه.
- جوشاندن برای مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه.

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 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 در منزل خطرناک است؟

در صورتیکه دستورات ساده بهداشتی رعایت شود، شانسی برای انتقال هپاتیت «سی» بین افراد خانواده باقی نمی ماند.

چه مواردی در پیشگیری از انتقال ویروس نقش بسزایی دارند؟

- زخم و بریدگی های 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 مسواک ها و رنگ آنها متفاوت باشد.
- به یاد داشته باشید هپاتیت «سی» واکسن ندارد لذا پیشگیری از آلودگی دیگران با عمل به توصیه های بهداشتی بر عهده شماست.

علائم و نشانه ها

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 اهدا، خون یا بررسی کامل پزشکی متوجه ابتلا به هپاتیت «سی» می گردد و افراد بدون علامت هستند.

علائم هپاتیت «سی» ممکن است 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 می رود).

هپاتیت «سی» به آهستگی موجب آسیب کبد بیمار می شود.

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.

تشخیص هپاتیت «سی»

هپاتیت «سی» با بررسی شرح حال بیمار، معاینه وی و آزمایش های خونی تشخیص داده می شود. غالبا میزان آنزیم های کبدی در خون مبتلایان به هپاتیت «سی» بالاست. هنگامی که پزشک به هپاتیت «سی» مشکوک شود، وجود آنتی بادی های ضدهپاتیت «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 نشانگر این است که فرد در گذشته با ویروس تماس داشته است ولی وجود مواد ژنتیکی 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.
- آزمایش تشخیص سریع 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. طبیب 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

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» کاملا قابل درمان است و در صورت مصرف دقیق داروتحت 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 میباشند. به تدریج داروهای دیگری از قبیل داکلاتاسوویر(Daclatasvir)، ویکیراپک (Viekirapak)، زپاتیر (Zepaiter) و داروی جدید ولپاتاسویر (Velpatasvir)معرفی گردیدند. برای نحوه و مدت مصرف این داروها و اینکه آیا همراه با قرص ریباورین مصرف شوند یا پزشک معالج خود در میان بگذارید. تعین 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 ۱۴۱۰سال 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 نمائید

شبکه هپاتیت ایران

IRAN HEPATITIS NETWORK

MELDcenter

Hope Health Club

بدون هپاتیت

مرکز آموزشی درمانی شهید مصطفی خمینی (ره) ایلام

www.meldcenter.com

دکتر سید موید علویان
استاد و فوق تخصص گوارش و کبد

هپاتیت سی

Hepatitis C Virus