

هیپاتیت و علل آن

هیپاتیت یعنی التهاب کبد و در میان عوام مردم به یرقان و زردی مشهور است . مهمترین عوامل ایجادکننده آن ویروسها هستند . ویروسها موجودات بسیار ریزی هستند که از فرد آلوده به فرد سالم منتقل می شوند و برای رشد و تکثیر خود به یک موجود زنده نیاز دارند. تاکنون 6 نوع ویروس هیپاتیت شناخته شده است که شایعترین آنها ویروسهای هیپاتیت آ (A) ، ب (B) و سی (C) هستند. عوامل دیگری مثل داروها ، بیماریهای توارثی و خود ایمنی و مصرف مشروبات الکلی نیز می توانند سبب هیپاتیت شوند.

علائم بیماری هیپاتیت ب

- خستگی
- پررنگی ادرار
- ضعف و بی حالی
- بی اشتهایی و احساس عدم گرسنگی
- تهوع و احساس ناخوشی
- پوست زرد یا زرد شدن سفیدی چشم (یرقان)
- درد معده
- درد مفاصل

راههای انتقال هیپاتیت (ب)

➤ از طریق مادر به نوزاد

➤ اعمال دندانپزشکی بصورت غیر بهداشتی

➤ سوراخ کردن گوش بصورت غیر بهداشتی

➤ حجامت غیر بهداشتی، خالکوبی-دیالیز

➤ دریافت خون آلوده

➤ تماس های جنسی

➤ استفاده مشترک از مسواک

➤ استفاده مشترک از سرنگ آلوده

توصیه های مهم و قابل توجه:

1- بهداشت فردی را رعایت نموده و از وسایل شخصی مجزا مانند شانه، مسواک، جامسواکی، تیغ اصلاح، وسایل حمام استفاده نمائید.



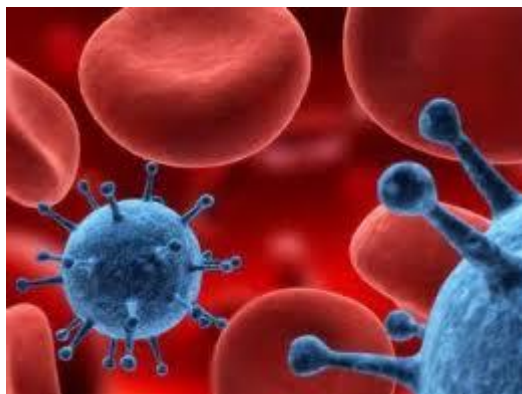
2- از ریختن و پاشیدن خون، بزاق و دیگر مایعات بدن در محیط، جلوگیری کرده و در صورت وقوع، آن محل را با محلول هیپوکلریت 10٪ یا آب ژاول ضدعفونی کنید. از تماس مستقیم خون، بزاق یا دیگر مایعات بدن با فردی که زخم باز در پوست دارد جلوگیری نمائید.

3- از تماس خون، بزاق یا دیگر مایعات بدن با مخاط افراد تحت تماس (مثل مخاط چشم یا تماس جنسی) جلوگیری نمائید.

4- تمامی اعضای خانواده خود را با مراجعه به مراکز بهداشت بر علیه ویروس هیپاتیت (ب) به صورت رایگان واکسینه نمائید. مراقب باشید که سه نوبت واکسیناسیون طی 6 ماه کامل شود و هر سه نوبت باید تزریق گردد.

5- از تماس جنسی با همسر خود تا کامل شدن واکسیناسیون (سه نوبت) خودداری نموده و در صورت تمایل از کاندوم استفاده نمائید.

عنوان آموزش: هیپاتیت ب در بیماران دیالیزی



گردآوری و تنظیم: واحد آموزش به بیمار

تایید کننده: رییس علمی بخش

کد: NA-H-PE-00

تاریخ تدوین: 1404/09/30

تاریخ بازنگری بعدی: 1405/09/30

رفرنس: کانابو، ماری ام. آموزش به بیمار. ترجمه دکتر خدیجه نصیریانی، تهران: انتشارات جامعه نگر، 1391. برونو سودارث. جانیس ال. هینکل. ترجمه منصوره علی اصغریور

12- به دلیل تجزیه شدن برخی از داروها در کبد، لازم است قبل از مصرف هرگونه دارو، ابتدا با پزشک خود مشورت کنید.

به یاد داشته باشید:

تماس های عادی و روزمره نظیر دست دادن، معاشرت با افراد، در یک کلاس حضور داشتن یا در یک مکان غذا خوردن خطر انتقال بیماری را به دنبال ندارد و نیازی به منزوی کردن نیست.

با آرزوی سلامتی



6- لازم به ذکر است که در صورت واکسیناسیون کامل اعضای خانواده، می توانید با راحتی و آرامش به ارتباط قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

7- در صورت مراجعه به دندان پزشکی حتماً بیماری خود را با دندان پزشک در میان بگذارید.

8- در صورت عمل جراحی نیز حتماً بیماری خود را به جراح اطلاع دهید.

9- جهت پیگیری و ادامه درمان تحت نظر پزشک متخصص و توصیه ایشان قرار بگیرید.

10- محدودیتی برای انجام امور روزانه وجود ندارد. اما در مراحل اولیه هیپاتیت، احساس خستگی شایع است. لذا لازم است برنامه‌هایی جهت محدود کردن فعالیت ها تنظیم شود.

11- در مراحل اولیه هیپاتیت، به دلیل بی اشتهایی، تهوع یا استفراغ یک برنامه غذایی بصورت وعده های کوچک غذایی که شامل رژیم غذایی کم چرب، پرکربوهیدرات و پرکالری است را رعایت نمایید.