**یکم الی هفتم آبان ماه ۱۴۰۰ هفته ملی اطلاع رسانی بیماری هپاتیت**

**معاونت دانشجویی**

**اداره بهداشت و درمان**



**هپاتیت** بیماری التهاب کبد است. این عارضه می‌تواند دارای خودمحدودکنندگی باشد )یعنی به‌طور خود به خودی یا بدون درمان خاصی برطرف شود) یا اینکه ممکن است به سمت فیبروز، سیروز یا سرطان کبد پیش برود. ویروس‌های هپایت رایج‌ترین علت هپاتیت در دنیا هستند؛ ولی عفونت‌های دیگر، مواد سمی (مثل الکل و برخی از داروها) و بیماری‌های خودایمنی نیز می‌توانند موجب بروز هپاتیت شوند. پنج ویروس اصلی هپاتیت وجود دارد که با حروف A، B، C، D و E نشان داده می‌شوند. این ویروس‌ها به‌علت بیماری و مرگ‌و‌میری که سبب می‌شوند و نیز پتانسیل شیوع و همه‌گیری که دارند، بسیار نگران‌کننده هستند، به خصوص انواع B و C که موجب بروز بیماری مزمن در میلیون ها نفر شده و اصلی‌ترین علت سیروز و سرطان کبد هستند.

هپاتیت A و E معمولا از راه خوردن غذا یا آب آلوده ایجاد می‌شوند. هپاتیت نوع B، C و D معمولا نتیجه‌ای از تماس فراروده‌ای با مایعات بدن آلوده هستند. شیوه‌های معمول انتقال این ویروس‌ها شامل دریافت خون یا فراورده‌های خونی آلوده، روش‌های پزشکی تهاجمی با استفاده از ابزار آلوده و برای هپاتیت B، انتقال از مادر به فرزند هنگام تولد، از اعضای خانواده به کودک و همچنین تماس جنسی است. عفونت حاد ممکن است بدون نشانه یا با نشانه‌های محدودی بروز کند یا اینکه ممکن است دارای نشانه‌هایی نظیر زردی در پوست و سفیدی چشم، تیرگی ادرار، خستگی مفرط، حالت تهوع، استفراغ و درد شکمی باشد.

 ویروس‌های هپاتیت در درجه‌ی اول در سلول‌های کبدی تکثیر پیدا می‌کنند. این امر موجب می‌شود که کبد نتواند وظایف خود را انجام دهد.

هنگامی که کبد ملتهب می‌شود، نمی‌تواند این وظایف را به‌خوبی انجام دهد. پیامد حاصل از این ناتوانی، ایجاد علایم و مشکلات سلامتی زیادی است که با هر نوعی از هپاتیت همراه هستند.

 **انواع رایج هپاتیت ویروسی کدامند؟**

معمول‌ترین انواع هپاتیت ویروسی HAV، HBV و HCV هستند. البته امروزه تکنیک‌های پیشگیری و واکسن‌ها به‌طور قابل‌توجهی شیوع عفونت‌های هپاتیت ویروسی را کاهش داده‌اند.

**عفونت مزمن ویروس هپاتیت B**

HBV می‌تواند از طریق تماس جنسی، انتقال خون یا سرم، از طریق سوزن‌های مشترک در افرادی که مواد مخدر تزریق می‌کنند، برخورد تصادفی سوزن‌های غیر آلوده با سوزن‌های آلوده به خون عفونی، انتقال خون، همودیالیز و از طریق مادران عفونی به نوزادانشان منتقل شود. این عفونت همچنین می‌تواند توسط خالکوبی (آلوده بودن ابزار مورد استفاده در آن)، سوراخ کردن بدن، استفاده اشتراکی از تیغ اصلاح و مسواک (در صورتی که این‌ها با خون عفونی آلوده باشند) منتقل شود. حدود ۵ تا ۱۰ درصد بیماران مبتلا به هپاتیت HBV درگیر عفونت مزمن HBV خواهند شد (عفونتی که حداقل ۶ ماه و اغلب سال‌ها و تا دهه‌ها هم می‌تواند طول بکشد) و طی همین زمان‌ها می‌تواند دیگران را نیز عفونی کند. بیماران دارای عفونت HBV مزمن، همچنین در خطر گسترش سیروز، نارسایی کبد و سرطان کبد قرار دارند. برآورد شده است که در کل جهان ۲ میلیارد نفر وجود دارند که از عفونت‌های مزمن HBV رنج می‌برند.

**عفونت ویروس هپاتیت C**

HCV معمولا از طریق به اشتراک‌گذاشتن سوزن بین مصرف‌کنندگان مواد مخدر تزریقی، انتقال خون، همودیالیز و آلوده‌شدن تصادفی سوزن‌ها در اثر تماس با سوزن‌های آلوده منتشر می‌شود. حدود ۷۵ تا ۹۰ درصد از هپاتیت‌های مرتبط با انتقال خون ناشی از HCV هستند. انتقال ویروس هپاتیت C، توسط تماس جنسی نیز گزارش شده‌است؛ ولی مورد کمیابی است. ۷۵ تا ۸۵ درصد بیماران مبتلا به عفونت حاد HCV در ادامه‌ی بیماری درگیر عفونت مزمن خواهند شد. بیماران دارای عفونت مزمن می‌توانند دیگران را آلوده کنند. بیماران دارای عفونت مزمن HCV در خطر پیشرفت بیماری در جهت ایجاد سیروز، ناراسایی کبدی و سرطان کبد هستند.

 **علایم و نشانه‌های هپاتیت ویروسی چیست؟**

دوره‌ی زمانی بین قرار گرفتن در معرض ویروس هپاتیت و آغاز بیماری دوره‌ی انکوباسیون خوانده می‌شود. این دوره بسته به نوع ویروس هپاتیت متغیر است. ویروس هپاتیت A دارای دوره‌ی انکوباسیون حدود ۱۵ تا ۴۵ روز است؛ ویروس هپاتیت B دارای دوره‌ای از ۴۵ تا ۱۶۰ روز است و دوره‌ی انکوباسیون هپاتیت C از حدود ۲ هفته تا ۶ ماه می‌تواند طول بکشد. بسیاری از بیماران مبتلا به HAV، HBV و HCV دارای نشانه‌های کمی از بیماری بوده یا اصلا نشانه‌ای ندارند. در افرادی که نشانه‌های هپاتیت ویروسی را بروز می‌دهند، علایمی نظیر از دست دادن اشتها، حالت تهوع، استفراغ، تب، ضعف، خستگی و تیر کشیدن در ناحیه شکم بروز می‌کند. البته ادرار تیره، مدفوع با رنگ روشن، زردی (روی پوست و سفیدی چشم‌ها) نیز گاهی ممکن است در این افراد مشاهده شود.

**هپاتیت ویروسی چگونه تشخیص داده می‌شود؟**

تشخیص هپاتیت ویروسی مبتنی بر نشانه‌های جسمی و نیز آزمایش‌های خونی مربوط به آنزیم‌های کبدی، آنتی‌بادی‌های ویروسی و مواد ژنتیکی ویروسی است.

**درمان هپاتیت ویروسی چیست؟**

درمان هپاتیت ویروسی حاد و هپاتیت ویروسی مزمن متفاوت است. درمان نوع حاد شامل استراحت، تخفیف علایم و رعایت مصرف مقدار مناسبی از مایعات است. درمان هپاتیت ویروسی مزمن شامل مصرف داروهایی برای از بین بردن ویروس و اقداماتی در جهت پیشگیری از آسیب بیشتر کبدی است.

**رعایت نکات زیر برای پیشگیری از انتقال هپاتیت به افراد سالم سودمند است:**

- تصحیح عادات زندگی شامل ترک اعتیاد و مصرف الکل

- پرهیز از استفاده مشترک وسایل شخصی و تزریقات

- آگاهی دادن به افراد ارائه دهنده خدمات پزشکی و دندانپزشکی در مورد آلودگی

- داشتن رفتار جنسی مطمئن

- ترغیب و آموزش خانواده برای چک آپ و دریافت آموزش‌ها و خدمات پیشگیری مرتبط

- قرار دادن دستمال یا البسه آلوده به خون در کیسه پلاستیک قبل از دور انداختن

- دادن آگاهی در مورد راه‌های عدم انتقال شامل: عطسه، سرفه، در آغوش کشیدن، آب، غذا و تماسهای معمول روزانه

نکته: باید توجه داشت که به هیچ عنوان نباید بیمار را از فعالیت های اجتماعی و حضور در جمع شامل کار ، مدرسه ، بازی و …محروم کرد.