

هپاتیت بی

معلومات مریض و اصول رفتاری. ورقه معلوماتی داکتران امراض ساری.

هپاتیت بی چی هست؟

هپاتیت بی یک ویروس است که جگر را عفونی میسازد و عمدتاً از طریق خون با تماس جنسی منتقل میشود. هپاتیت بی در سراسر دنیا رخ میدهد و در برخی از کشورها شایع تر است. تقریباً نیمی از تمام بزرگسالان مبتلا به این مریضی هیچگونه علائم را از خود نشان نمیدهند. علائم عفونت هپاتیت بی حاد میتواند عبارت از تهوع، کم اشتها، خستگی، درد معده، درد بدن و تب باشد. برعکس ممکن است خارش و زردی پوست و چشم (یرقان) ایجاد شود. این عفونت در اکثر بزرگسالان در عرض چند ماه از بین میرود. خطر ابتلا به عفونت مزمن برای یک مدت طولانی در کودکان بیشتر است. این عفونت ساری است و میتواند در نهایت منجر به آسیب جدی جگر شود. افراد مبتلا به عفونت مزمن باید به طور منظم نزد داکتر مراجعه کنند زیرا ممکن است به معالجه نیاز داشته باشند تا خطر ابتلا به ویروس عامل آسیب جگر کاهش یابد. وقت ملاقات با داکتر و معالجات مربوطه رایگان هستند. واکسن هپاتیت بی را میتوان قبل از ابتلا به عفونت و در عرض 48 ساعت بعد از عفونت تزریق کرد.

راه های انتقال

اگر خون آلوده با غشای مخاطی یا پوست غیرسالم در تماس باشد، فرد به هپاتیت بی مبتلا خواهد شد. این مریضی از طریق تماس جنسی نیز منتقل میشود، که در آن خطر عفونت از طریق هر گونه تماس جنسی حائز اهمیت است. بر علاوه تماس نزدیک در بین فامیل میتواند موجب ابتلا به این عفونت شود. یک مادر مبتلا میتواند عفونت را در طول دوران حاملگی به طفل خود منتقل کند. مصرف مشترک سرنج و لوازم تزریق مواد داخل ورید توسط فرد مبتلا به هپاتیت بی، خطر عفونت را بالا میبرد. از طریق واکسیناسیون میتوان به طور مؤثر از عفونت جلوگیری کرد. واکسیناسیون اعضای فامیل شما و شرکاء جنسی شما که باید واکسین شوند، رایگان خواهد بود.

چی وقت هپاتیت بی ساری نمیشد؟

هپاتیت بی از طریق در آغوش گرفتن، بوسه یا اشک منتقل نمیشود. مدفوع، ادرار، استفراغ یا آب بینی، که در آنها خون نیست، عفونی نیستند. خون موجود روی جلد ناسالم خطر عفونت را ندارد.

فعالیت های کاری

عفونت هپاتیت بی معمولاً موجب محدودیت در توانایی کار یا آموزش نمیشود. با این حال اگر خطر آلودگی وجود داشته باشد، ممکن است شما در زمینه کاری، سابقه کاری یا اشتراک در دیگر فعالیت ها با محدودیت مواجه خواهید شد.

حاملگی و ولادت

یک خانم حامله و مبتلا میتواند در جریان حاملگی عفونت را به طفل خود منتقل کند. بنابراین در کلینیک نسایی و ولادی تمام زنان حامله تحت معاینه هپاتیت بی قرار میگیرند. برای جلوگیری از مبتلا شدن نوزاد به هپاتیت بی، باید فوراً بعد از تولد واکسین شود.

استفاده از کاندوم در روابط جنسی از راه دهان، مجرای تناسلی و مقعد

کاندوم راه حفاظتی مناسب در مقابل هپاتیت بی و دیگر عفونت های منتقله از راه جنسی است و اگر شریک شما در مقابل هپاتیت بی مصون نیست (در گذشته به این مریضی مبتلا شده است یا واکسین آن را گرفته) باید در تمام طول رابطه از آن استفاده شود. همچنین کاندوم مخصوص زنان نیز مؤثر است اما از نظر علمی آزمایش نشده است. این موضوع در مورد اسلیک لاپ (غشاء نازک پلاستیکی یا سلوفون که روی اندام ژنسی کشیده شده و تماس دهنی برقرار میشود) نیز صادق است. از همه این وسایل باید در تمام طول رابطه/تماس جنسی استفاده کرد.

ردیابی تماس

باید دیگر افراد را که ممکن مبتلا شده باشند و این عفونت را به دیگران منتقل کنند، پیدا کنید. برای این کار باید ردیابی تماس انجام داد، که در طی آن شما باید با یک ردیاب تماس صحبت کنید و اسامی افراد را که ممکن شما را مبتلا کرده باشند – یا شما آنها را مبتلا کرده باشید، در اختیار او قرار دهید. شما مکلف هستید با روند ردیابی تماس همکاری کنید. هویت شما برای آن افراد فاش نخواهد شد.

توصیه های درباره حفظ الصحة فردی که باید برای جلوگیری از عفونت دیگران آنها را رعایت کرد:

- روی زخم ها مرهم بگذارید، مهم نیست که زخم کوچک است یا بزرگ.
- اگر کدام کسی در مراقبت از زخم ها به شما کمک میکند، باید از دستکش پلاستیکی استفاده کند.
- قبل از دور انداختن مواد آغشته به خون آن را با دقت جمع کنید.
- لباس های آلوده به خون را باید در لباسشویی بشوید.
- لکه های خون روی زمین باید با دستمال های یکبار مصرف پاک شوند، و آنها را دور بیندازید. آن ناحیه باید کاملاً با آب و مواد شوینده پاک شود.

اصول رفتاری که باید برای جلوگیری از انتقال عفونت به دیگران را رعایت کنید

- شما باید در تمام وقت ملاقات های که داکتر شما آن را لازم میدانند، حاضر شوید.
- وقتی که وقت معاینات صحتی یا معاینه داکتر دندان را دریافت میکنید، باید اطلاع دهید که خون شما عفونی است.
- اگر میخواهید خالکوبی کنید، گوش خود را سوراخ کنید یا هر کار دیگر را انجام دهید که باعث خونریزی پوست شما میشود، مانند دیگر پرسینگ ها، باید اطلاع دهید که خون شما عفونی است.
- اگر شریک یا اعضای خانواده شما باید در مقابل هیپاتیت بی واکسین شود، به داکتر خود اطلاع دهید.
- شما ملزم هستید که قبل از هر گونه رابطه جنسی یا دیگر تماس های نزدیک به شریک خود بگویید که به هیپاتیت بی مبتلا هستید. این برای تمام تماس ها/فعالیت های جنسی نیز صدق میکند. شما باید درباره هیپاتیت بی خود با آنها صحبت کنید حتی اگر میخواهید از کاندوم، کاندوم مخصوص خانم ها یا روکش دندان استفاده کنید.
- اگر شریک شما در مقابل هیپاتیت بی مصون نیست (در گذشته به کدام مریضی مبتلا شده است یا در مقابل آن واکسین شده است)، موارد ذیل اعمال میشوند: برای تماس جنسی که در آن عمل دخول در مجرای تناسلی، معقد یا دهان انجام میشود، باید در تمام طول رابطه از کاندوم استفاده شود.
- اگر خون شما وارد زخم جلد، چشم، بینی یا دهان فرد دیگر شود، او باید فوراً آن را آبکشی کند. شما باید به فرد بگویید که خون شما آلوده به عفونت هیپاتیت بی است و او باید با مرکز مراقبت های صحتی خود، نزدیک ترین کلینیک امراض عفونی 1177/Vårdguiden (راهنمای مراقبت) تماس بگیرد تا درباره واکسیناسیون رایگان تصمیم گیری کند.
- از لوازم حفظ الصحة خود از قبیل پل پاکی و برس دندان با دیگران به طور مشترک استفاده نکنید.
- اگر از ادویه داخل وریدی استفاده میکنید، باید سرنج و سوزن جداگانه داشته باشید و اجازه ندهید دیگران از آنها استفاده کنند. شما نمیتوانید پیاله مخلوط کن و دیگر لوازم را با دیگران سهیم سازید. حتماً ابزارهای تزیین و لوازم جانبی آن را در جای قرار دهید که برای دیگران خطر ابتلا به عفونت ایجاد نشود.
- شما نمیتوانید خون خود را بدهید و برای پیوند اسپرم، تخمک، اندام یا بافت بدن تان را اهدا کنید.

هیپاتیت بی مطابق با قانون امراض ساری یک خطر برای صحت عامه است. بنابراین شما ملزم هستید اصول رفتاری ارائه شده توسط داکتر خود را رعایت کنید. شما میتوانید درخواست کنید تا داکتر امراض ساری در بخش شما این اصول رفتاری را بررسی کند.