

## التهاب الكبد B عند الشباب اليافعين، معلومات للمرضى (2017/2/3)

معلومات وقواعد سلوكية. نشرة الوقاية من العدوى المُقدّمة من قبل أطباء مكافحة الأمراض المُعدية.

### لماذا تُلقيت هذه المعلومات؟

لقد أظهر فحص الدم بأنك مصابٌ بالتهاب الكبد B. وتحتوي هذه النشرة على معلومات حول الالتهاب الكبد B، وما ينبغي على المصابين بالتهاب الكبد B أن يضعوه في الاعتبار.

### ما هو الالتهاب الكبد B؟

التهاب الكبد B عبارة عن فيروس يوجد في الكبد والدم وبعض سوائل الجسم (مثل السائل المنوي). وقد يكون الشخص مُصاباً بالتهاب الكبد B لفترة طويلة قبل أن يلاحظ ذلك. وحتى إن لم تظهر لدى الشخص أية أعراض، فإن الالتهاب الكبد B هو مرضٌ شديد العدوى، ويمكن أن تحدث مشاكل في الكبد للشخص المُصاب بعد سنوات عديدة من العدوى.

### كيف تحدث الإصابة بالتهاب الكبد B؟

هناك الكثير من الأشخاص المُصابين بالتهاب الكبد B. ويصل عدد المُصابين بالمرض إلى حوالي 240 مليون شخص في جميع أنحاء العالم وذلك وفقاً لإحصاءات منظمة الصحة العالمية (WHO) لعام 2016. وتُصاب الغالبية العظمى بالمرض عن طريق انتقاله إليهم من أمهاتهم عند ولادتهم.

كما يمكن الإصابة أيضاً بالتهاب الكبد B عند المُعاشرة الجنسية دون استخدام الواقي الذكري. وتجدر الإشارة إلى أن جميع أنواع الجماع، سواءً الجنس الشرجي أو الجنس المهبلي أو الجنس الفموي، دون استخدام الواقي الذكري يمكن أن ينقل فيروس الالتهاب الكبد B.

وقد ينتقل الالتهاب الكبد B كذلك عن طريق الدم، وذلك عند نقل دم شخص مُصاب بالتهاب الكبد B إلى شخص آخر، أو عند حدوث تلامس بين دم شخص مُصاب بالتهاب الكبد B والعشاء المخاطي لشخص آخر، ومثلاً عن طريق العينين أو الأنف أو الفم أو جرح مفتوح. ولا ينقل الدم العدوى عند ملامسته الجلد.

لا ينتقل الالتهاب الكبد B خلال التلاقي وممارسة الحياة الاجتماعية مع الأصدقاء، وعلى سبيل المثال عبر الاحتضان أو التقبيل أو مشاركة الأكواب/الأطباق/أدوات المائدة. كما لا تنتقل العدوى أيضاً من خلال استخدام المراحيض نفسه.

### ما الذي ينبغي عليّ وضعه في الاعتبار لكي لا أنقل العدوى إلى الآخرين؟

ينبغي عليك اتباع القواعد السلوكية التي تحصل عليها من طبيبك:

- ينبغي عليك القدوم إلى زيارات المتابعة عندما يستدعيك طبيبك إليها.
- ينبغي عليك إخبار أي شخص ستعاشره جنسياً بأنك مُصابٌ بالتهاب الكبد B.
- ينبغي عليك استخدام وسيلة حماية/الواقي الذكري عند الجماع إذا ما كان شريكك الجنسي غير محمي، أي كان مُصاباً بالتهاب الكبد B أو تم تطعيمه ضد الالتهاب الكبد B.
- ينبغي عليك الإخبار إذا كان دمك مُعدياً عند تلقّيك للرعاية الصحية أو رعاية الأسنان.
- ينبغي عليك أيضاً الإخبار إذا كان دمك مُعدياً ورغبت في عمل وشم، أو في وضع أقرط الأذن، أو ثقب الأذنين، أو تلقي أي إجراء يمكن أن ينتج عنه نزيف للجلد.
- لا تقم أبداً بمشاركة أمواس الحلاقة أو فرشاة الأسنان مع أي شخص آخر.
- في حال تلامس دمك مع شخص آخر، ومثلاً بأن يُلامس دمك جرحاً مفتوحاً لشخص آخر/ فينبغي عليك الإخبار بأن دمك يحمل عدوى الالتهاب الكبد B وذلك حتى يتسنى للشخص طلب الحصول على الرعاية الصحية بسرعة والحصول على تطعيم مجاناً ضد الالتهاب الكبد B.
- في حال كنت تستخدم الحقن/المحاقن أو الإبر فمن غير المسموح لك مشاركتها مع الآخرين. كما أنه من غير المسموح لك أيضاً باستخدام أوعية المزج المشتركة وغيرها من الملحقات.
- لا يُسمح لك أيضاً بالتبرع بالدم، أو التبرع بالحيوانات المنوية، أو التبرع بالبويضات، أو التبرع بالأعضاء لزراعتها في شخص آخر.
- يُرجى إخبار طبيبك إذا كان لديك شريكٌ جنسيٌّ أو إذا كان هناك فردٌ من أفراد الأسرة يحتاج إلى التطعيم ضد الالتهاب الكبد B.

- هناك أيضاً قائمة تعليمات النظافة الصحية والتي يُستحسن اتباعها لكي لا تنتقل العدوى إلى الآخرين:
- ينبغي عليك التحقق من وضع لاصقة طبية/ضمادة طبية على الجروح حتى الصغيرة منها.
  - إذا كان هناك شخص يساعدك في تضميد الجرح فينبغي عليه استخدام القفازات البلاستيكية.
  - غُفِّ المواد الموجودة عليها دماء بعناية، وذلك بوضعها في كيسين بلاستيكيين على سبيل المثال قبل التخلص منها.
  - إذا ما تناثرت بعض الدماء على الملابس فيمكن غسلها في غسالة الملابس.
  - يمكن إزالة بقع الدم المنتثرة على الأرضية مثلاً، باستخدام منديل ورقي على سبيل المثال، ثم التخلص منه. تُنظَّف الأرضية جيداً بعد ذلك بالماء وبسائل تنظيف.

### ما الذي ينبغي عليّ وضعه في الاعتبار قبل المعاشرة الجنسية؟

ينبغي عليك إخبار شريكك الجنسي بأنك مُصاب بالالتهاب الكبدي B. وينبغي عليك أيضاً استخدام وسيلة حماية/واقٍ ذكري إذا كان شريكك الجنسي غير محمي (أي كان مُصاباً بالالتهاب الكبدي B أو تم تطعيمه ضد الالتهاب الكبدي B).

أفضل ما يمكنك القيام به هو اصطحاب شريكك/شريكتك إلى الطبيب/العيادة حتى يحصل شريكك/شريكتك على التطعيم مجاناً ضد الالتهاب الكبدي B قبل المُعاشرة الجنسية.

إذا عرّضت شخصاً ما لخطر انتقال العدوى إليه، ومثلاً من خلال المعاشرة الجنسية مع شخص غير حاصل على التطعيم ودون استخدام الواقي الذكري، فيمكن تطعيم ذلك الشخص أيضاً ضد الالتهاب الكبدي B مجاناً بعد ذلك، وذلك لتقليل خطر العدوى. يكون التطعيم أكثر فعالية إذا أُعطي في غضون يومين.

### ما هو عدد المرات التي ينبغي لي فيها الذهاب للمتابعة والفحص لدى الطبيب المختص بحالتي؟

إن طبيبك هو من يحدد عدد المرات التي يجب عليك فيها الحضور في زيارات المتابعة. وغالباً ما تكون الزيارة مرّة واحدة في السنة، إلا أن الأمر يحتاج أحياناً إلى المزيد من الزيارات المتكررة.

### هل الإصابة بالالتهاب الكبدي B أمر خطير؟

إن أغلب المُصابين بالالتهاب الكبدي B لا يحدث لهم أي مشكلات في الكبد على الإطلاق، ولكن هناك البعض ممن قد تحدث لهم مشاكل في الكبد بعد سنوات كثيرة من إصابتهم بالمرض. وبالنسبة إلى من يحدث لهم مشاكل في الكبد فقد يُصابون بتليّف الكبد أو سرطان الكبد في أسوأ الحالات.

عند مراجعة الطبيب بانتظام، يفحص الطبيب حالة الكبد ويتحقق منها، ويتأكد من حصولك على العلاج إذا كنت في حاجة إلى العلاج.

### هل هناك علاج ضد الالتهاب الكبدي B؟

يتلقّى الشخص العلاج إذا كان هناك حاجة إلى ذلك، إلا أن الشباب لا يحتاجون في الغالب إلى تلقّي أيّ علاج. ويمكن أن يُخبرك طبيبك بما إذا كان الأمر سارياً عليك.

لا يُمكن للعلاج أن يعالج العدوى نهائياً أو إزالتها بل يمكنه أن يقلل مخاطر حدوث مشاكل في الكبد فقط.

### هل يمكنني أن أصبح أباً/أمّاً؟

نعم! ومن المهم أن يكون شريكك الجنسي محمياً ضد الالتهاب الكبدي B (على سبيل المثال بعد التطعيم) قبل مُحاولَة إنجاب طفلٍ.

إذا كنتِ امرأة حاملاً فهناك طرق لمنع انتقال فيروس الالتهاب الكبدي B إلى الجنين. وفي بعض الأحيان يمكنك الحصول على علاج الالتهاب الكبدي B في أواخر فترة الحمل. وسوف يُعطى الطفل وقايةً من الالتهاب الكبدي B، حيث يجري تطعيمه مباشرةً بعد الولادة، وسيأخذ جرعات إضافية لعدّة مرّات خلال أعوامه الأولى. وبهذه الطريقة يكون خطر انتقال العدوى إلى الطفل منخفضاً جداً.

### هل يمكنني العمل في أي وظيفة أو ممارسة أي أنشطة ترفيهية أرغب فيها؟

يستطيع الشخص المُصاب بالالتهاب الكبدي B أن يعمل في أي وظيفة. وإذا كان ما تفعله في عملك ينطوي على وخز نفسك ووصول دمك إلى شخص آخر - فينبغي عليك مناقشة هذا الأمر مع طبيبك. وينطبق الشيء نفسه إذا كنت غير متأكد من إمكانية دراستك لكي تعمل بمهنةٍ ما. ولست في حاجة إلى إعلام رب عملك بأنك مُصاب بالالتهاب الكبدي B.

إذا كنت ترغب في المشاركة في إحدى الأنشطة الرياضية التي قد يتعرض فيها الشخص للزيف، فنرجو منك التحدث إلى طبيبك. ويستطيع طبيبك أن يُحدد إذا ما كان يمكنك المشاركة.

**إنّ الالتهاب الكبدي B مشمول في قانون مكافحة الأمراض المعدية - ما الذي يعنيه هذا الأمر؟**  
إنّ قانون مكافحة الأمراض المعدية هو قانون مخصّص للحدّ من مخاطر الإصابة ببعض الأمراض التي يمكن أن تنتقل إلى الكثير من الأشخاص، ومنها على سبيل المثال الالتهاب الكبدي B.

وللأشخاص المصابين بالالتهاب الكبدي B الحق في الحصول على الرعاية الصحية مجاناً وتلقّي العلاج الخاص بالالتهاب الكبدي B مجاناً.  
ينبغي عليك اتباع القواعد السلوكية التي تستلمها من طبيبك، انظر الفقرة 4. كما ينبغي عليك أيضاً تقديم المساعدة في اقتفاء أثر العدوى، انظر الفقرة 12.

إذا حصلت على قواعد سلوكية وتعتقد أنها خطأ، فيمكنك الاتصال بطبيب مكافحة الأمراض المعدية في إقليمك/محافظةك.

### **اقتفاء أثر العدوى - ما الذي يعنيه ذلك؟**

من المهم جداً العثور على الأشخاص الآخرين المصابين بالالتهاب الكبدي B، وذلك من أجل فحصهم، وحتى لا تنتقل العدوى إلى غيرهم. إذا كنت مُصاباً بالالتهاب الكبدي B فعليك إعلام طبيبك بالشخص أو الأشخاص الذين مارست معه/معهم العلاقة الحميمة، أو أي شخص تعرّض لخطر انتقال العدوى إليه بأي طريقة أخرى (ومثالاً إذا تشاركت الحقن/المحاقن أو الإبر معه/معهم)، وذلك حتى يعرفوا أنّ عليهم إجراء فحص الالتهاب الكبدي B. إنّ ما تقوم بالإخبار به يكون سرياً، والأشخاص الذين تقوم بالإخبار عنهم لن يعرفوا هويتك.

سوف يتأكد الطبيب أيضاً من إجراء عائلتك وإخوتك لاختبار الالتهاب الكبدي B إذا كانوا موجودين في السويد.

### **هل ترغب في معرفة المزيد؟**

يمكن الاطلاع على معلومات أخرى عن الالتهاب الكبدي B على

[www.1177.se](http://www.1177.se)

[www.umo.se](http://www.umo.se)

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

[www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)

[www.who.int](http://www.who.int)