

## مقدمه:

**هپاتیت به معنی التهاب بافت کبد است.**  
دلایل مختلفی برای ایجاد هپاتیت موجود است: ویروسی، الکلی، داروها، سموم، بیماری خود ایمن و ... برخی از هپاتیت ها واگیر یعنی مسری و برخی غیر واگیر یا غیر مسری هستند.  
عدم درمان به موقع هپاتیت، موجب مراحل پیش رونده بیماری یعنی سیروز و سرطان کبد خواهد شد.

## هپاتیت های ویروسی چیست؟

ویروسها شایعترین علت ایجاد کننده هپاتیت در جهان هستند و دارای پنج نوع A ، B ، C ، D و E هستند.

## راههای انتقال هپاتیت ویروسی:

هپاتیت A: انتقال به روش دهانی مدفوعی  
هپاتیت B: انتقال به روش ترشحات جنسی و خونی  
هپاتیت C: انتقال به روش خونی  
هپاتیت D: انتقال به همراه هپاتیت B  
هپاتیت E: انتقال به روش دهانی مدفوعی  
**نکته:**

هپاتیت های نوع A و B دارای واکسن برای پیشگیری هستند.

## علائم عمومی هپاتیت:

- خستگی
- احساس ناراحتی در ناحیه شکم
- تهوع و استفراغ
- کاهش اشتها
- زردی
- تب

## راههای عمده پیشگیری از هپاتیت:

برای هپاتیت A و E :

- رعایت موازین بهداشتی شستن درست دست با آب و صابون مخصوصا بعد از اجابت مزاج و قبل از خوردن غذا
  - استفاده از آب و غذای سالم
  - استفاده از توالت بهداشتی با رعایت موازین بهداشتی
- برای هپاتیت B و C :

- تزریق واکسن: واکسن هپاتیت B به گروههای هدف شامل کودکان، مشاغل خاص که با خون انسان در تماس هستند، بیماریهای خونی و بیماران دیالیز در سه نوبت و طی شش ماه تزریق می شود و در ۹۵ درصد موارد ایمنی ایجاد می شود و در بیماران دیالیز چهار نوبت به ترتیب روز مراجعه، یک ماه بعد، دو ماه بعد و

شش ماه بعد انجام می شود و هپاتیت C واکسن ندارد.

- روابط جنسی محافظت شده با کاندوم و پرهیز از تماس جنسی خارج از چهارچوب زناشویی
- عدم به اشتراک گذاری وسایل شخصی مانند مسواک و تیغ و سرنگ ...
- ناقلین مبتلا به هپاتیت ویروسی نباید خون اهدا کنند.
- عدم انجام اعمالی که با خون فرد دیگر در تماس باشد مانند خالکوبی، ختنه، رگ زدن، حجامت، سوراخ کردن گوش به روش های سنتی و غیر بهداشتی به ویژه با وسایل مشترک

## گروههای پر خطر در ابتلا به بیماری هپاتیت:

- مصرف کنندگان مواد مخدر تزریقی
- افرادی که تماس جنسی محافظت نشده دارند.
- همسران افراد مبتلا به هپاتیت
- نوزادان مادران مبتلا به هپاتیت B و C
- افراد دریافت کننده خون و فرآورده های خونی و بیماران دیالیز
- افراد دریافت کننده عضو و بافت پیوندی
- دریافت کنندگان اقدامات تاتو و خالکوبی



مرکز آموزشی درمانی کوثر سمنان

# هپاتیت



واحد آموزش و ارتقاء سلامت بخش دیالیز

تهیه کنندگان:

مسئول بخش دیالیز: فانم زهرا نژادی

رابط آموزشی: فانم فدیبه ترابی

بهار ۱۴۰۳

شماره تلفن بخش دیالیز: ۰۲۳۳۱۴۲۲۱۴۸

K(E.R)EPP1۰۵/۰۵/۱۴۰۱/۰

در مراحل اولیه هپاتیت احساس خستگی از علائم شایع می باشد لذا لازم است برنامه هایی در جهت محدود کردن فعالیتهای تنظیم نمایید.

در مراحل اولیه هپاتیت به دلیل بی اشتهاهی تهوع یا استفراغ یک برنامه غذایی به صورت وعده های کوچک غذا که شامل رژیم غذایی کم چرب پرکربوهیدرات و پرکالری است را رعایت نمایند.

نکته مهم:

تماسهای عادی و روزمره مانند دست دادن، معاشرت کردن، شناکردن در استنخرهای عمومی، حضور داشتن در یک کلاس یا غذا خوردن در یک مکان خطر انتقال بیماری را به دنبال ندارد و نیاز به کناره گیری از بیمار نیست.

منابع:

- مبانی همودیالیز برای پرستاران - نویسنده: جودیت زد. کالنباخ - چاپ اول ۱۳۹۵
- درسنامه برونر و سودارث ۲۰۱۸ - ترجمه: دکتر محمد رضا عسگری و ... - چاپ ۱۳۹۹

نکات مهم آمار جهانی هپاتیت:

ویروس هپاتیت B تا ۱۰۰۰ برابر مسری تر از ویروس HIV است.

هپاتیت B و C مهمترین عوامل سرطان کبد هستند. ۳ نفر از ۴ نفر مبتلا به هپاتیت C از بیماری خود آگاه نیستند.

۵۰۰ میلیون نفر در حال حاضر در جهان آلوده به هپاتیت B و C هستند.

توصیه های بهداشتی جهت پیشگیری از هپاتیت:

اگر در خانواده فردی مبتلا به هپاتیت B است باید سایر اعضا با مراجعه به مراکز بهداشتی درمانی نسبت به انجام واکسیناسیون در سه نوبت اقدام نمایند. مراقب باشید تا سه نوبت واکسیناسیون طی شش ماه کامل شود.

لازم به ذکر است که در صورت واکسیناسیون کامل اعضا خانواده فرد مبتلا می توانید با راحتی و آرامش به ارتباط قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

در صورت مراجعه به دندان پزشک یا داشتن عمل جراحی حتما بیماری خود را با پزشک در میان بگذارید.