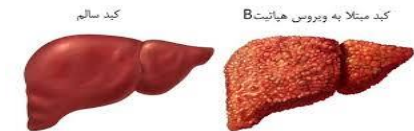


## هپاتیت ب ( B )

هپاتیت ب به معنای التهاب کبد است .

کبد بزرگترین غده و پالایشگاه بدن است ، که در بسیاری از فعالیتهای حیاتی بدن مانند : هضم غذا ، مقابله با عفونها ، متوقف کردن خونریزی ، پاک کردن خون از سموم و داروها و ذخیره سازی انرژی در بدن نقش دارد .

**هپاتیت ب :** عفونت بافت کبد با ویروس نوع ب هپاتیت است و یک بیماری واگیر دار است .



## راه انتقال بیماری :

- تماس جنسی با فرد آلوده
- تزریق خون و فرآورده های خونی آلوده
- از مادر به نوزاد در حین زایمان و یا مدتی بعد از آن
- استفاده مشترک از ابزار تیز آلوده ( لوازم پزشکی، خالکوبی، تتو، حجامت، طب سوزنی، سوراخ کردن گوش، سرنگ آلوده ، لوازم اصلاح، تیغ و مسواک )

## از چه راههایی منتقل نمی شود :

- ۱- تماسهای عادی روز مره ( دست دادن ، عطسه ، سرفه ، بوسیدن، بغل کردن)
- ۲- همکاری و همکلاسی بودن
- ۳- شیر دادن در صورتی که سینه مادر زخم و خراش نداشته باشد .

## افراد در معرض خطر :

- ۱- کلیه پرسنل شاغل در مراکز درمانی بستری و سرپائی که با خون و ترشحات آغشته به خون در تماس هستند ( پزشکان ، پرستاران، ماماها، کارکنان آزمایشگاه، پرسنل خدماتی مراکز درمانی)
- ۲- افراد تحت دیالیز

۳- افراد هموفیلی و تالاسمی که فرآورده های خونی دریافت می کنند.

۴- افراد بی بند و بار و هم جنس گرا یا دیگر جنس گرا

۵- معنادان تزریقی

۶- کودکان مقیم شیر خوارگاه و مهد کودک ها در مناطق خیلی آلوده

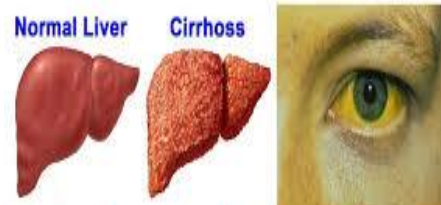
## علامیم و نشانه ها :

دوره کمون ( دوره ای که ویروس در بدن هست ولی علامتی هنوز ایجاد نکرده ) در هپاتیت ب ۳۰ تا ۱۸۰ روز است .

## علامیم هپاتیت :

- تهوع و استفراغ و اسهال
- بی اشتهاپی
- درد شکم
- زردی
- ضعف و خستگی طولانی
- تیره شدن رنگ ادرار و کم شدن رنگ مدفوع
- نارسای کبد
- درگیری کلیه و مفاصل
- سیروز ( تنبلی کبد)

## Hepatitis B Virus



## Symptoms & Treatment

## درمان :

۱- در مرحله حاد نیاز به درمان ندارد. فقط استراحت و محدود کردن فعالیت تازمانی که علامیم حاد بیماری برطرف شود .

۲- در مرحله مزمن ، مصرف دارو طبق نظر پزشک

## پیشگیری :

۱- تزریق واکسن ( کلیه نوزادان در بدو تولد ، افراد در معرض خطر مثل کادر درمانی ، افراد تحت دیالیز ، مصرف کنندگان مکرر خون ، افراد خانواده فرد آلوده در یک منزل) : این واکسن در سه مرحله تزریق می شود : نوبت اول ، نوبت دوم که یک ماه بعد از تزریق اول است و نوبت سوم که ۶ ماه بعد از تزریق اول است . در دوران بارداری و شیر دهی نیز می توان تزریق نمود و ۵ تا ۱۰ سال ایمنی ایجاد می کند .

۲- کنترل خون و فرآورده های خونی

۳- استفاده از وسایل یک بار مصرف و یا ضد عفونی کردن آنها

۴- استفاده از کاندوم و پرهیز از روابط جنسی متعدد

۵- استفاده از دستکش و پیشبند و عینک محافظ و سایر وسایل محافظت فردی هنگام مواجه با خون و ترشحات فرد آلوده

۶- افرادی که مواجه شده ولی واکسن دریافت نکرده اند یا تیتراژ ( اندازه مناسب دفاع بدن در برابر ویروس هپاتیت ب ) آنها به حداکثر نرسیده ، حداکثر ۷۲ ساعت فرصت برای تزریق ایمونوگلوبین دارند

۷- نوزادان متولد شده از مادران آلوده باید در طی ۱۲ ساعت بعد از تولد ایمونوگلوبین دریافت نمایند .

۸- به علت مقاومت بالای این ویروس که مدت ۷ تا ۱۰ روز بر روی سطوح باقی می ماند و باعث انتقال آلودگی می شود ، لذا وسایل مشترک مثل قیچی می تواند عامل انتقال باشد .

۹- لباسها و وسایل آلوده به خون آلوده به ویروس را می توان بعد از تمیز کردن خون از آنها ، با جوشاندن در دمای ۱۰۰ درجه سانتی گراد به مدت ۵ دقیقه یا به مدت نیم ساعت در وایتکس قرار داد تا عامل بیماری از بین برود .



بیمارستان امام حسین (ع) ییجار

## راهنمای خود مراقبتی در هپاتیت B



IHH-PE-PA-ID17  
واحد آموزش به بیمار و سلامت همگانی

شماره تلفن: ۰۸۷۳۸۲۳۶۰۶۸  
آدرس وب سایت بیمارستان:

<https://muk.ac.ir/Page?pagelid=۲۳>

منبع: برونر سودارت

۹- پوستتان را مرطوب نگه دارید و لباس تنگ نپوشید.

### مراقبتها:

۱- ناقلین سالم هر ۶ ماه جهت معاینه و آزمایش به پزشک مراجعه کنند.

۲- زنان باردار آلوده به ویروس جهت کاهش احتمال انتقال ویروس به نوزادشان با مراجعه به پزشک و دریافت ایمونوگلوبین نسبت به ایمن سازی نوزاد خود اقدام نمایند.



۳- افراد آلوده نباید خون، عضو و بافت اهدا کنند.

۴- این افراد با مشاوره درمانی به افزایش کیفیت زندگی و کنار آمدن با مشکلات طبی، اجتماعی، روانی، افسردگی درد و مشکلات تغذیه ای خود اقدام نمایند.

۵- شستشوی تمام قالب ها و پروتزها و وسایل ارتودنسی با مواد ضد عفونی کننده به مدت ۲۰ دقیقه با هیپو کلرید سدیم ۵ درصد ضد عفونی کردن گيره ها و فیلمهای رادیولوژی اجتناب از خوردن و آشامیدن و استعمال دخانیات در محلی که احتمال تماس با خون و بزاق، بافت و سایر مواد بالقوه آلوده کننده وجود دارد.

۶- از دستگاه فشار خون و تورنیکت مشترک استفاده نشود.

۷- این افراد نباید در مراکز تهیه و توزیع غذا مشغول به کار شوند.

**نکته:** خون بالاترین میزان ویروس بیمار را دارد. نقاط آلوده به خون حتی در صورت خشک شدن به مدت یک هفته یا بیشتر احتمال انتقال را دارد.

### رژیم غذایی:

\* به دلیل بی اشتها، تهوع و استفراغ تعداد وعده های زیاد و در حجم کم مصرف شود.

\* رژیم غذایی پر کربوهیدرات (مواد قندی) باشد.

\* رژیم غذایی کم پروتئین و با چربی متعادل میباشد.

\* به دلیل اینکه دفع برخی از داروها از طریق کبد است، قبل از مصرف هر دارو حتی گیاهی با پزشک مشورت شود.

### توصیه ها:

۱- بهداشت فردی را رعایت کرده و از وسایل شخصی مجزا (مسواک و تیغ اصلاح) استفاده کنید.

۲- از ریختن و پاشیدن خون، بزاق و دیگر مایعات بدن در محیط جلوگیری کرده و در صورت وقوع آن محل را با محلول هیپو کلرید ۱۰ درصد یا آب ژاول ضد عفونی کنید.

۳- از تماس مستقیم خون، بزاق و دیگر مایعات آلوده بدن با فردی که زخم باز در پوست دارد و یا مخاط افراد (چشم یا تماس جنسی) جلوگیری نمایید.

۴- کلیه افراد خانواده را با مراجعه به مراکز بهداشت واکسینه کنید  
۵- از تماس جنسی حفاظت نشده با همسر خود تا زمان کامل شدن سه نوبت واکسن در آنها و افزایش تیتراژ آنتی بادی جلوگیری کرده یا از کاندوم استفاده کنید.

۶- در صورت مراجعه به دندانپزشکی و آزمایشگاه و یا هر عمل جراحی حتما بیماری خود را اطلاع دهید.

۷- در صورت خارش بدن خود حتما با پزشک خود مشورت کنید تا داروی مناسب به شما بدهد.

۸- در صورت خارش با استفاده از کیف آب سرد، مالیدن آب لیمو روی محل خارش، میزان آن را کاهش دهید، پوست خود را نخاراند تا زخم نشود.