

مقدمه :

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

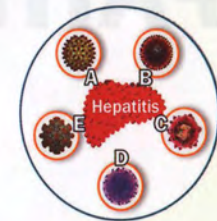


اهداف آموزشی :

- انتظار می رود فراگیران عزیز پس از مطالعه مطالب، بتوانند:
- 1- انواع هپاتیت ویروسی را نام ببرند.
 - 2- علائم هپاتیت را نام ببرند.
 - 3- راههای انتقال هپاتیت را بیان کنند.
 - 4- گروه های واجد شرایط واکسیناسیون هپاتیت را نام ببرند.

هپاتیت های ویروسی چیست ؟

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

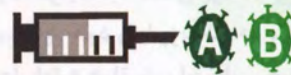


راه های انتقال هپاتیت ویروسی:

- 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



راه های 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

- روابط جنسی محافظت شده با کاندوم
- استفاده از سرنگ استریل
- عدم به اشتراک گذاری وسایل شخصی مانند مسواک و ...

پیشگیری از هپاتیت



رعایت موازین بهداشتی



روابط جنسی محافظت شده با کاندوم



استفاده از غذا و آب سالم



استفاده از سرنگ استریل



استفاده از توالت بهداشتی با رعایت موازین بهداشتی



عدم به اشتراک گذاری وسایل شخصی مانند مسواک و ...

درباره ... هپاتیت بیشتر بدانیم!



KNOW MORE HEPATITIS

گروه هدف : عموم مردم



www.shepmodel.com



وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

توصیه های بهداشتی جهت پیشگیری از هپاتیت

اگر در خانواده فردی مبتلا به هپاتیت B است باید سایر اعضا به 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 اعضاء خانواده فرد مبتلا، میتوانید با راحتی و آرامش به ارتباط قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

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

در مراحل اولیه هپاتیت، احساس خستگی از علائم شایع میباشد لذا لازم است برنامه هایی جهت محدود کردن فعاليتها تنظیم نمایید. در مراحل اولیه هپاتیت به دلیل بی اشتهايي تهوع یا استفراغ یک برنامه غذایی به صورت وعده های کوچک غذایی 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 استخرهای عمومی، حضور داشتن در یک کلاس، یا غذاخوردن در یک مکان، خطر انتقال بیماری را به دنبال ندارد و نیاز به کناره گیری از بیماری نیست.

منابع :- دستورات عملهای وزارتی پیشگیری از هپاتیت
- اصول پیشگیری و مراقبت بیماریها

گروه های پرخطر در ابتلا به بیماری هپاتیت



مصرف کنندگان مواد مخدر تزریقی
افرادى 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
(مانند بیماران هموفیلی و تالاسمی)
افراد دریافت کننده عضو و بافت پیوندی
دریافت کنندگان اقدامات تاتو و خالکوبی

نکات مهم آمار جهانی هپاتیت



یک نفر از ۱۲ نفر مردم جهان
مبتلا به هپاتیت مزمن B و C هستند
آیا من آن یک نفر هستم؟



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

۳ نفر از ۴ نفر
مبتلا به هپاتیت C
از بیماری خود آگاه نیست

هپاتیت B و C
مهمترین عوامل
سرطان کبد هستند

ویروس هپاتیت B
تا ۱۰۰ برابر
مسری تر از
ویروس HIV است