

## هپاتیت ب

**چه چیزهایی لازم است در مورد هپاتیت ب بدانم؟**

**هپاتیت ب چیست؟**

هپاتیت ب یک بیماری کبدی است.



هپاتیت باعث تورم کبد و توقف کار طبیعی آن می شود. شما نیاز به یک کبد سالم دارید. کبد کارهای بسیاری برای زنده نگاه داشتن شما انجام می دهد. کبد با عفونتها مبارزه می کند و باعث می شود خونریزی ها متوقف شوند. کبد داروها و سایر سموم را از بدن خارج می کند و در ضمن انرژی را برای زمان مورد نیاز ذخیره می نماید.

**چه عاملی باعث بروز هپاتیت ب می شود؟**

هپاتیت ب به وسیله یک ویروس ایجاد می شود.

ویروس نوعی میکروب است که ایجاد بیماری می کند. (مثلاً آنفولانزا به وسیله یک ویروس ایجاد می شود). افراد می توانند ویروس را به هم منتقل کنند. ویروسی که باعث بیماری هپاتیت ب می شود به نام ویروس هپاتیت ب خوانده می شود.

**چطور ممکن است که به هپاتیت ب دچار شویم؟**

هپاتیت ب از طریق تماس با خون، منی یا مایعات بدن فرد آلوده منتقل می شود.

شما از راههای زیر ممکن است به هپاتیت ب دچار شوید:

- داشتن رابطه جنسی با فرد آلوده بدون استفاده از کاندوم

- استفاده مشترک از سوزنهای تزریقی

- استفاده از خالکوبی (تاتو) یا هر گونه خراشیدن و سوراخ کردن بدن با استفاده از وسایل آلوده که برای فرد دیگری مورد استفاده قرار گرفته اند.

- خراشیده شدن پوست با سوزن آغشته به خون (کارکنان مراکز بهداشتی درمانی ممکن است از این طریق آلوده شوند)

- زندگی با فرد مبتلا به هپاتیت ب

- استفاده از مسواک یا تیغ ریش تراشی مشترک با یک فرد آلوده

- مسافرت به کشورهایی که هپاتیت ب در آنها شایع است.

- یک مادر آلوده می تواند هپاتیت ب را در هنگام تولد یا شیردهی به نوزادش منتقل کند.

از راههای زیر امکان ابتلا به هپاتیت ب وجود ندارد:

- دست دادن با فرد آلوده

- در آغوش گرفتن فرد آلوده
- نشستن در نزدیکی فرد آلوده

### علائم این بیماری چیست؟

هپاتیت ب می تواند باعث شود احساسی شبیه به ابتلا به آنفولانزا پیدا کنید. ممکن است:

- احساس خستگی کنید
  - احساس ناراحتی در معده کنید
  - تب کنید
  - بی اشتها شوید
  - دچار درد معده شوید
  - دچار اسهال شوید
- بعضی افراد ممکن است موارد زیر را داشته باشند:
- ادرار زرد تیره
  - مدفوع رنگ روشن
  - پوست و چشم زرد
- اگر نشانه های مذکور را دارید یا فکر می کنید ممکن است هپاتیت ب داشته باشید به پزشک مراجعه کنید.

### چه آزمایشاتی برای هپاتیت ب انجام می شود؟

برای بررسی هپاتیت ب پزشک خون شما را آزمایش خواهد کرد. در صورتی که شما هپاتیت ب داشته باشید این آزمایشات آن را نشان می دهند. پزشک ممکن است نمونه برداری از کبد را نیز انجام دهد. نمونه برداری از کبد آزمایش ساده ای است. دکتر یک قطعه کوچک از کبد شما را به وسیله یک سوزن بر میدارد و این قطعه کبد را برای نشانه های هپاتیت ب و آسیب کبدی بررسی می کند.



### هپاتیت ب چگونه درمان می شود؟

درمان هپاتیت ب ممکن است شامل موارد زیر باشد:

دارویی به نام اینترفرون. این دارو به صورت تزریقی داده می شود و بیشتر افراد برای ۴ ماه درمان می شوند. دارویی به نام ایمپووودین. روزی یکبار این دارو را می خورید و درمان معمولاً به مدت یکسال ادامه دارد. دارویی به نام آدفوویر دیپی ووکسیل. روزی یکبار این دارو را می خورید و درمان معمولاً به مدت یکسال ادامه دارد. جراحی: در طول زمان ممکن است هپاتیت ب باعث توقف عمل کبد شود. اگر این اتفاق بیفتد ممکن است نیاز به کبد جدیدی داشته باشید، به این نوع جراحی پیوند کبد گفته می شود. این روش شامل خارج کردن کبد قدیمی و آسیب دیده و جایگزینی یک کبد نو و سالم از یک دهنده عضو است.

## چگونه از خود حفاظت کنم؟

شما می توانید واکسن هپاتیت ب دریافت نمایید.

واکسن دارویی است که در زمان سلامتی استفاده می کنید و شما را از ابتلا به بیماری محافظت می کند. واکسن ها به بدن شما یاد می دهند که به ویروسهای خاص مانند هپاتیت ب حمله کند.

واکسن هپاتیت ب از طریق ۳ نوبت تزریق داده می شود. تمام نوزادان بایستی این واکسن را دریافت کنند. نوزادان در طی ۱۲ ساعت اول بعد از تولد اولین تزریق را دریافت می کنند. دومین تزریق در یک تا دو ماهگی داده می شود و سومین تزریق بین ۶ تا ۱۸ ماهگی خواهد بود.

کودکان بزرگتر و بالغین هم می توانند واکسن بزنند. آنها در عرض ۶ ماه سه تزریق دریافت می کنند. کودکانی که واکسن نگرفته اند باید آن را دریافت کنند.

شما به تمام تزریقها برای محافظت شدن نیاز دارید. اگر به کشور دیگری مسافرت می کنید حتماً تمام تزریقها را قبل از مسافرت بگیرید. اگر یک مورد تزریق را دریافت نکردید بلافاصله با پزشک خود تماس بگیرید.

از راههای زیر می توانید از خود و دیگران در برابر هپاتیت ب محافظت کنید:

- در ارتباط جنسی از کاندوم استفاده کنید.

- با هیچ کس از سوزنهای تزریقی مشترک استفاده نکنید.

- اگر مجبور به دست زدن به خون دیگران هستید از دستکش استفاده کنید.

- از مسواک، تیغ فرد آلوده یا هر وسیله دیگری که ممکن است خون با آن تماس داشته باشد استفاده نکنید.

- مطمئن شوید هر گونه خالکوبی یا هر گونه عمل خراشاندن سطح بدن به وسیله تجهیزات پاکیزه انجام می شود.

**ترجمه: دکتر رها پازکی - شهریور ۸۴**