

هیپاتیت "بی" یک بیماری ویروسی و یکی از مهمترین انواع عفونت کبد است که ممکن است به صورت حاد یا مزمن بروز کند.

## علائم و نشانه‌ها:

علائم آن می‌تواند بی‌سر و صدا باشد. معمولاً پس از ورود ویروس به بدن و پس از دوره‌ی نهفتگی که از چند هفته تا چند ماه متغیر است، علائم شبه سرماخوردگی مانند: بی‌اشتهایی، سوءهاضمه، درد شکم، درد عمومی بدن، احساس ضعف و خستگی بروز می‌کند، با بهبود علائم مقدماتی ممکن است علائم زردی به همراه تیره رنگ شدن ادرار و کمرنگ شدن مدفوع بروز نماید.

## راههای انتقال:

- از راه جنسی
- از طریق مادر آلوده به فرزند
- از راه خون و فرآورده‌های خونی آلوده
- از طریق اقدامات دندانپزشکی و بهداشتی - آرایشی غیر استریل.

✓ **بیماری از طریق عطسه، سرفه، بوسیدن و معاشرت روزمره (نظیر دست دادن، در یک کلاس حضور داشتن یا در یک مکان غذا خوردن) منتقل نمی‌شود.**

## درمان:

- رژیم غذایی که پزشک توصیه می‌کند و استراحت در بستر تا زمان فروکش کردن علائم فاز حاد توصیه می‌گردد.
- در موارد مزمن داروهای ضد ویروسی توسط پزشک بر حسب لزوم تجویز می‌شود.

## افراد در معرض خطر:

کلیه‌ی پرسنل شاغل در مراکز درمانی بستری و سرپایی که با خون و ترشحات آغشته به خون در تماس هستند (مانند: پزشکان، پرستاران، ماماها، کارکنان آزمایشگاه، نظافت‌چیان واحدهای درمانی)، افرادی که همودیالیز می‌شوند، دریافت کنندگان خون و فرآورده‌های خونی، (مانند: مبتلایان به هموفیلی و تالاسمی)، افراد بی‌بند و بار از نظر جنسی و معتادان تزریقی.

## راه‌های تشخیص:

مهمترین آزمون، شناسایی آنتی‌ژن‌ها و آنتی‌بادی‌های ویروس در خون می‌باشد.

## پیشگیری:

- بهترین راه مقابله با بیماری تزریق واکسن آن است.
- ✓ واکسن معمولاً در ۳ نوبت و به فواصل بدو مراجعه، ۱ماه و ۶ماه پس از اولین مراجعه تزریق می‌شود. تزریق به صورت عضلانی صورت می‌گیرد.
- ✓ نوزادانی که از مادر آلوده متولد شده‌اند لازم است

علاوه بر واکسن، ایمنوگلوبولین نیز دریافت کنند.

- اجتناب از خالکوبی و تتو.
- انجام حجامت در مراکز بهداشتی.
- رعایت بهداشت جنسی و اجتناب از رفتارهای پرخطر.
- عدم استفاده از سرنگ مشترک.
- استفاده از دستکش، عینک و پیش‌بند و سایر وسایل حفاظت فردی در افرادی که با خون و ترشحات آلوده بدن بیماران سر و کار دارند.
- در افرادی که مواجه با ویروس داشته‌اند اما تا به حال واکسن نزده‌اند یا تیتراژ آنتی‌بادی آنها هنوز بالا نرفته برای تزریق ایمنوگلوبولین حداکثر تا ۷۲ ساعت فرصت دارند.

## آموزش به بیمار و خانواده:

- ✓ بهداشت فردی را رعایت نموده و از وسایل شخصی مجزا (مانند: مسواک، تیغ اصلاح) استفاده نمایید.
- ✓ از ریختن و پاشیدن خون و دیگر ترشحات آلوده بدن در محیط جلوگیری کرده و در صورت وقوع آن محل را با محلول هیپوکلریت ۱۰٪ یا آب ژاول ضدعفونی نمایید.
- ✓ از تماس مستقیم خون یا دیگر مایعات آلوده بدن با فردی که زخم باز در پوست دارد و یا مخاط افراد تحت تماس (مثل مخاط چشم) جلوگیری نمایید.
- ✓ تمامی اعضای خانواده خود را با مراجعه به مراکز بهداشتی بر علیه ویروس هیپاتیت "بی" واکسینه نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران  
مرکز آموزشی درمانی ضیائیان  
No 114



در مورد

## هپاتیت بی

چه می دانید؟

بهار ۱۴۰۰

پمفلت آموزشی مددجو

به پزشک و انجام تدابیر لازم می‌توانند احتمال ابتلای  
نوزادشان را کاهش دهند (با تزریق واکسن و  
ایمنوگلوبولین به نوزاد در بدو تولد).

### بالارزوی سلامتی برای شما مددجوی گرامی

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

و یا <http://www.ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

[Ziaeian@tums.ac.ir](mailto:Ziaeian@tums.ac.ir)

✓ از تماس جنسی حفاظت نشده با همسر خود تا کامل  
شدن سه نوبت واکسیناسیون و کنترل آنتی‌بادی پس از  
واکسیناسیون، خودداری نموده و در صورت تمایل از  
کاندوم استفاده نمایید.

✓ لازم به ذکر است که در صورت واکسیناسیون کامل  
اعضای خانواده می‌توانید با راحتی و آرامش به ارتباط  
قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

✓ در صورت مراجعه به دندانپزشکی، آزمایشگاه و یا نیاز  
به عمل جراحی حتماً بیماری خود را اطلاع دهید.

✓ در مراحل اولیه‌ی ابتلا به هپاتیت "بی" احساس  
خستگی از علایم شایع می‌باشد لذا لازم است برنامه‌هایی  
جهت محدود کردن فعالیت خود تنظیم کنید.

✓ در مراحل اولیه هپاتیت "بی" به دلیل بی‌اشتهایی  
تهوع یا استفراغ یک برنامه‌ی غذایی به صورت  
وعده‌های زیاد و کم حجم که شامل رژیم  
پرکربوهیدرات، کم‌پروتئین با چربی متعادل می‌باشد  
برای شما توصیه می‌شود.

✓ به دلیل اینکه دفع برخی از داروها از طریق کبد  
انجام می‌گیرد لازم است قبل از مصرف هر گونه دارو  
ابتدا با پزشک خود مشورت کنید.

✓ از مصرف الکل اجتناب نمایید.

✓ ناقلین سالم هر ۶ ماه یک‌بار جهت معاینه و آزمایش به  
پزشک خود مراجعه نمایند.

✓ زنان باردار آلوده به ویروس هپاتیت "بی" با مراجعه