

یک عفونت ویروسی است که باعث التهاب کبد می‌شود. دوره‌ی نهفتگی آن **۱۵ الی ۶۰ روز** می‌باشد. از آنجائیکه این نوع هپاتیت نه هپاتیت **A** است و نه هپاتیت **B** به همین دلیل به آن هپاتیت **NonA nonB** یا هپاتیت سی گویند.

علائم:

این بیماری ممکن است بدون علامت باشد، در موارد حاد بیماری علائم شامل: بی‌اشتهایی، خستگی مفرط، تهوع، استفراغ، درد شکم (سمت راست زیر دنده‌ها)، تیره شدن ادرار، کم‌رنگ شدن مدفوع، زردی پوست، تب و درد مفاصل است.

افراد در معرض خطر:

- معتادین به مواد مخدر تزریقی.
- دریافت کنندگان خون و فرآورده‌های خونی مثل: افراد مبتلا به تالاسمی و هموفیلی.
- افراد دیالیزی.
- کارکنان مراقبت‌های بهداشتی و درمانی و کارکنان آزمایشگاه.
- نوزادان متولد شده از مادران عفونی با این ویروس.
- در مواردی داشتن رابطه‌ی جنسی با شریک یا

- شرکای جنسی آلوده.

راه‌های انتقال:

- ♦ در بین معتادین به مواد مخدر تزریقی به دلیل استفاده از سرنگ مشترک و غیراستریل.
- ♦ انتقال از طریق خالکوبی، تئو، حجامت و سوراخ کردن گوش.
- ♦ انتقال خون آلوده یا تماس خون آلوده با پوست زخمی یا مخاط (مثل چشم و دهان).
- ♦ انتقال از مادر به جنین.

پیشگیری:

پیشگیری در این نوع هپاتیت رعایت بهداشت فردی می‌باشد:

- ★ کارکنان مراکز بهداشتی در مواقع لازم از وسایل حفاظتی مانند: دستکش، گان و عینک استفاده کنند و خود را در برابر هپاتیت ب و اکسینه نمایند.
- ★ به معتادین تزریقی توصیه می‌شود حتماً در هر بار تزریق از وسایل تزریقی نو و استریل استفاده کنند.
- ★ از مصرف مشترک وسایلی مانند: ریش تراش، تیغ، مسواک، ناخن گیر و موچین پرهیزید.
- ★ از بی‌بند و باری جنسی پرهیز و در صورت

تماس جنسی نامطمئن از کاندوم استفاده شود.

★ در حد امکان از خالکوبی، تئو و حجامت خودداری کنید.

★ نکات استریل را در موقع سوراخ کردن گوش رعایت نمایید و جهت سوراخ کردن آن به مراکز بهداشتی مطمئن مراجعه کنید.

★ توجه: هپاتیت سی واکسن ندارد.

درمان:

استراحت:

در طی روز دوره‌های متناوب استراحت داشته باشید و از فعالیتهای شدید و پُراسترس خودداری کنید.

رژیم غذایی:

- ★ در موارد حاد بیماری غذای پرکربوهیدرات و کم پروتئین و سپس مواد غذایی مقوی مثل: گوشت، مرغ، ماهی، تخم‌مرغ، لبنیات، حبوبات، غلات، انواع میوه‌ها، سبزیجات تازه، آجیل و مغز دانه‌ها را مصرف کنید.
- ★ توصیه می‌شود از مصرف الکل، غذاهای سرخ کردنی، لبنیات پرچرب، غذاهای آماده، کالباس، سوسیس، شکلات و کیک خودداری کنید.
- ★ طبق توصیه‌ی پزشک مایعات فراوان مصرف کنید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

مرکز آموزشی درمانی ضیائیان

No 115

✓ تا حد امکان از تزریقات زیر جلدی و عضلانی پرهیز نمایید.

✓ زنان شیردهی مبتلا باید نوک سینه‌ها را قبل از هر بار شیردهی بررسی کنند، در صورت ترک و خونریزی در نوک سینه‌ها، شیردهی به طور موقت قطع شده و همهی شیر دوشیده و دور ریخته شود.

✓ معتادان تزریقی مبتلا حتماً از سوزن و سرنگ استریل و وسایل شخصی خود مانند: ریش تراش، موچین، مسواک و تیغ جداگانه استفاده کنند.

✓ بریدگیها و زخمها را با پانسمان مناسب بپوشانید.

✓ جهت رعایت احتیاطات لازم در صورت مراجعه به مرکز پزشکی، دندانپزشکی و آزمایشگاه پرسنل را از وضعیت خود آگاه سازید.

دانشگاه علوم پزشکی تهران

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت‌های آموزش به بیمار

<http://www.ziaeian.ir> و یا

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

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

*در صورت داشتن تهوع و استفراغ غذا را در حجم کم و به دفعات بیشتر مصرف کنید.

توصیه در هنگام مصرف دارو:

از مصرف داروهای با دفع کبدی مانند: استامینوفن بدون تجویز پزشک خودداری کنید.

پیگیری درمان:

*در صورت شروع درمان جهت انجام معاینات دوره‌ای و آزمایش، طبق زمانبندی تعیین شده به پزشک خود مراجعه کنید.

*در صورت بروز علایمی مانند: تهوع مداوم، استفراغ، زردی، تغییر در سطح هوشیاری، کبودی غیرطبیعی، خونریزی طولانی مدت، تورم شکم، افزایش وزن و خونریزی از محل‌های غیرطبیعی (مثل خون در ادرار، مدفوع سیاه رنگ و خونریزی از زخم) به پزشک خود اطلاع دهید.

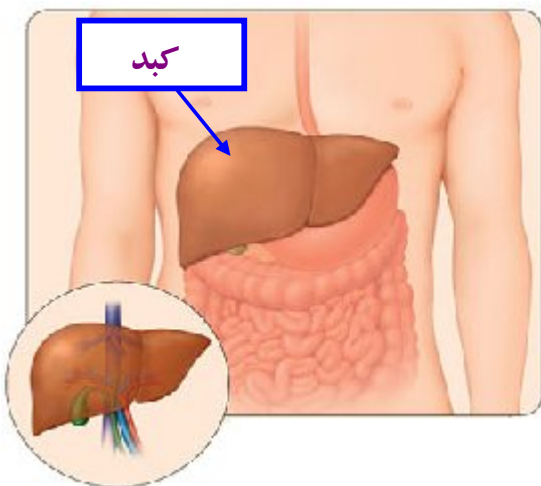
مراقبتهای لازم جهت پیشگیری از انتقال

ویروس به دیگران:

✓ در صورت آغشته شده لباسها و ملحفه‌ها به خون و ترشحات بدن آنرا جداگانه با آب داغ بشوید.

✓ هرگز خون اهدا نکنید.

✓ از بی بند و باری جنسی بپرهیزید.



در مورد

هپاتیت سی

چه می دانید؟

بهار ۱۴۰۰

پمفلت آموزشی مددجو

