

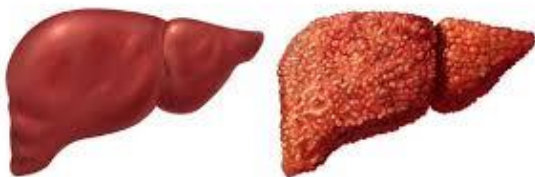


پارستان چشمیه حسینان نایین

## راهنمای بیمار در هیاتیت بی B

کبد سالم

کبد مبتلا به ویروس هیاتیت B



www.payamesalamat.com

واحد آموزش به بیمار

بهار ۱۳۹۵

کد پمفلت: ۹۵/ب/۷۲

- از مصرف الکل خودداری نمایید.

### مراقبت ها

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

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

- افراد آلوده نباید خون، عضو و بافت اهدا کنند

- 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.

- شستشوی تمام قالب ها و پروتزها و وسایل ارتودنسی با مواد - ضد عفونی کردن گیره ها و فیلم های رادیولوژی

- اجتناب از خوردن، آشامیدن و استعمال دخانیات در محلی که احتمال تماس با خون، بزاق، بافت یا سایر موارد بالقوه آلوده کننده وجود دارد.

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

منبع : سایت بیمارستان الزهرا اصفهان

آدرس سایت بیمارستان چشمیه نایین

http://heshmatieh.mui.ac.ir ❖

❖ واحد آموزش به بیمار روزهای

یکشنبه و سه شنبه شماره تماس

: ۶۳-۴۶۲۵۹۰۶۱ داخلی ۳۰۲

• به علت مقاومت بالای این ویروس که به 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 .

### رژیم غذایی

• به دلیل بی اشتهاهی تهوع و استفراغ تعداد وعده های زیاد و حجم کم مصرف می شود.

• رژیم غذایی پر کربوهیدرات ( مواد قندی )

• رژیم غذایی کم پروتئین و با چربی متعادل باشد

• به دلیل این که دفع برخی از داروها از طریق کبد صورت می گیرد قبل از مصرف هر دارو با پزشک مشورت شود

### توصیه ها

- بهداشت فردی را رعایت کرده و از وسایل شخصی مجزا مسواک، تیغ اصلاح استفاده کنند.

- از ریختن و پاشیدن خون، بزاق و دیگر مایعات بدن در محیط جلوگیری کرده و در صورت وقوع آن محل را با محلول هیپوکلرید ۱۰٪ یا آب ژاول ضد عفونی نمایید.

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

- کلیه افراد خانواده را با مراجعه به مراکز بهداشت واکسینه کنید.

- از تماس جنسی حفاظت نشده با همسر خود تا زمان کامل شدن سه نوبت واکسینه و افزایش تیتراژ آنتی بادی جلوگیری کرده یا از کاندوم استفاده نمایید.

تنها پس از کامل شدن دوره واکسیناسیون خانواده می توانید با آرامش به ارتباط قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

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

## هیپاتیت بی چیست ؟

یک بیماری ویروسی و یکی از مهمترین انواع آلودگی های کبد است و با اختلال عملکرد کبد همراه است و ممکن است به صورت حاد یا مزمن بروز کند و علت آن ویروس هیپاتیت بی است و ۱۰ تا ۱۵٪ افراد پس از آلودگی ناقل سالم (به ظاهر سالم می باشد ولی عامل بیماری را منتقل می کنند) هستند.

## افراد در معرض خطر

کلیه 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، نظافت چپان واحدهای درمانی)

- افراد تحت دیالیز
- افراد هموفیلی و تالاسمی که فرآورده های خونی مصرف می کنند.
- افراد بی بند و بار هم جنس گرا و یا دیگر جنس گرا
- معتادان تزریقی
- کودکان مقیم شیرخوارگاه و مهد کودک ها در مناطق خیلی آلوده

## راه انتقال

- تماس جنسی با فرد آلوده
- تزریق خون و فرآورده های خونی

• تولد از مادر آلوده

- تماس نزدیک کودک با کودک در مناطق خیلی آلوده
- استفاده مشترک از ابزار تیز ( لوازم پزشکی، خالکوبی، حجامت، سرنگ آلوده، اصلاح، تیغ و مسواک )

## از چه راه هایی منتقل نمی شود

- دست دادن، عطسه، بوسیدن
- همکلاس و همکار
- تماس های عادی روزمره

## علائم و نشانه ها

دوره کمون ( دوره ای که ویروس در بدن هست ولی علامتی هنو زایجاد نشده ) ۳۰ تا ۱۸۰ روز

## هیپاتیت حاد

- تهوع و استفراغ، اسهال، بی اشتها، درد شکم
- تب
- زردی که خود به خود برطرف می شود

## هیپاتیت مزمن

- ضعف و خستگی طولانی
- تیره شدن رنگ ادرار و کم رنگ شدن رنگ مدفوع
- نارسایی کبد
- درگیری کلیه و مفاصل
- سیروز و سرطان کبد

## • آلودگی بدون علامت

انتقال به سایرین و احتمال مزمن شدن و خطر ابتلا به بیماری مزمن کبدی

## تشخیص

- آزمایش خون و شناسایی آنتی ژن و آنتی بادی خون
- سونوگرافی و سی تی اسکن ( CT )
- آزمایش های تشخیصی کبدی

## درمان

- در مرحله حاد نیاز به درمان ندارد فقط استراحت و محدود کردن فعالیت تا زمانی که علائم حاد بیماری برطرف شود.
- در مرحله مزمن مصرف دارو طبق نظر پزشک پیشگیری
- 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)
- کنترل خون و فرآورده های خونی
- استفاده از وسایل یکبار مصرف و یا ضد عفونی کردن آن ها
- استفاده از کاندوم و پرهیز از روابط جنسی متعدد
- استفاده از دستکش، پیشبند و عینک محافظ و سایر وسایل حفاظت فردی هنگام مواجهه خون و ترشحات فرد آلوده
- افرادی که مواجه شده ولی واکسن دریافت نکرده اند یا تیتراژ آن ها به حداکثر نرسیده حداکثر ۷۲ ساعت فرصت برای تزریق ایمونوگلوبولین دارند.