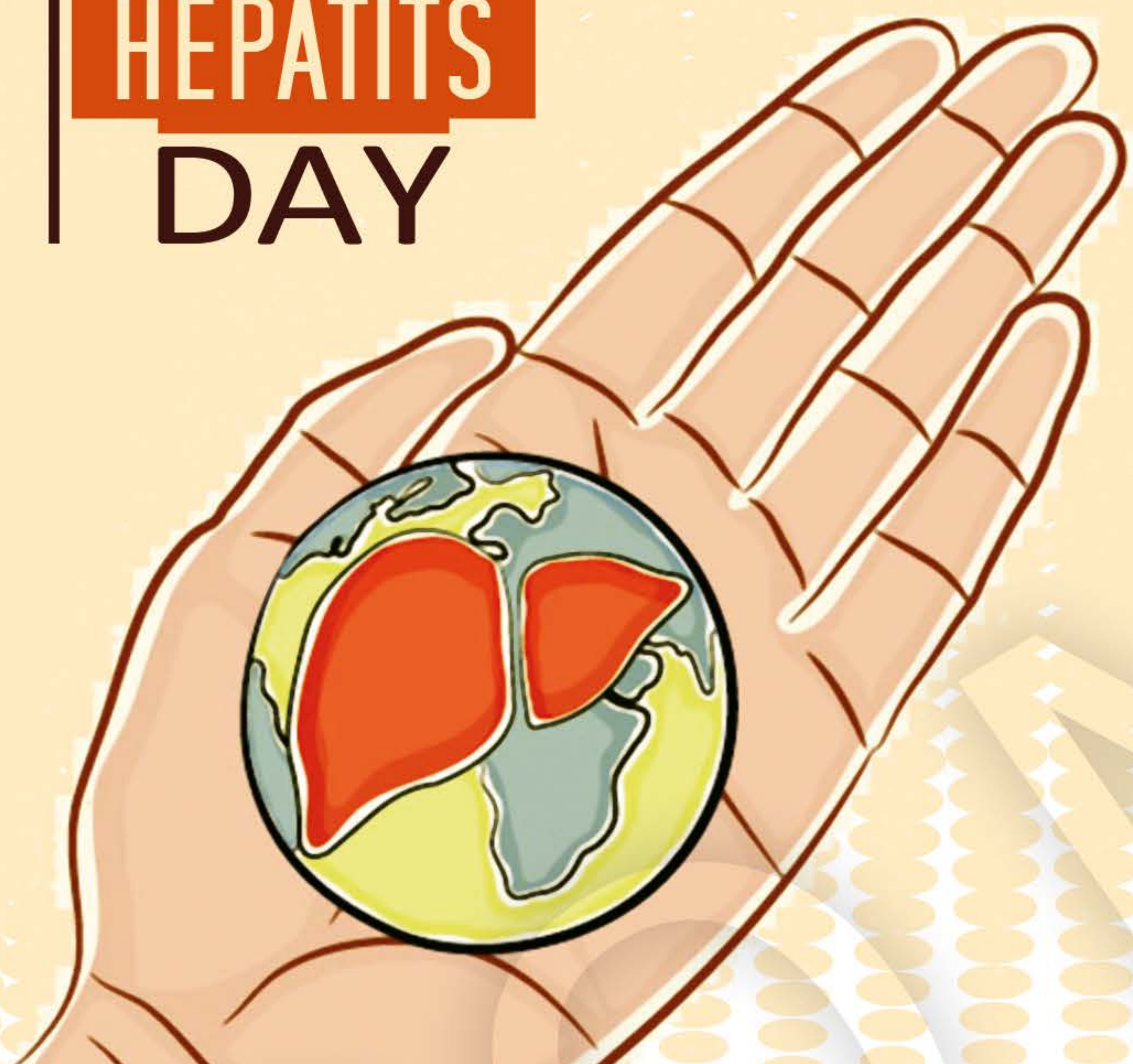


در باره هپاتیت

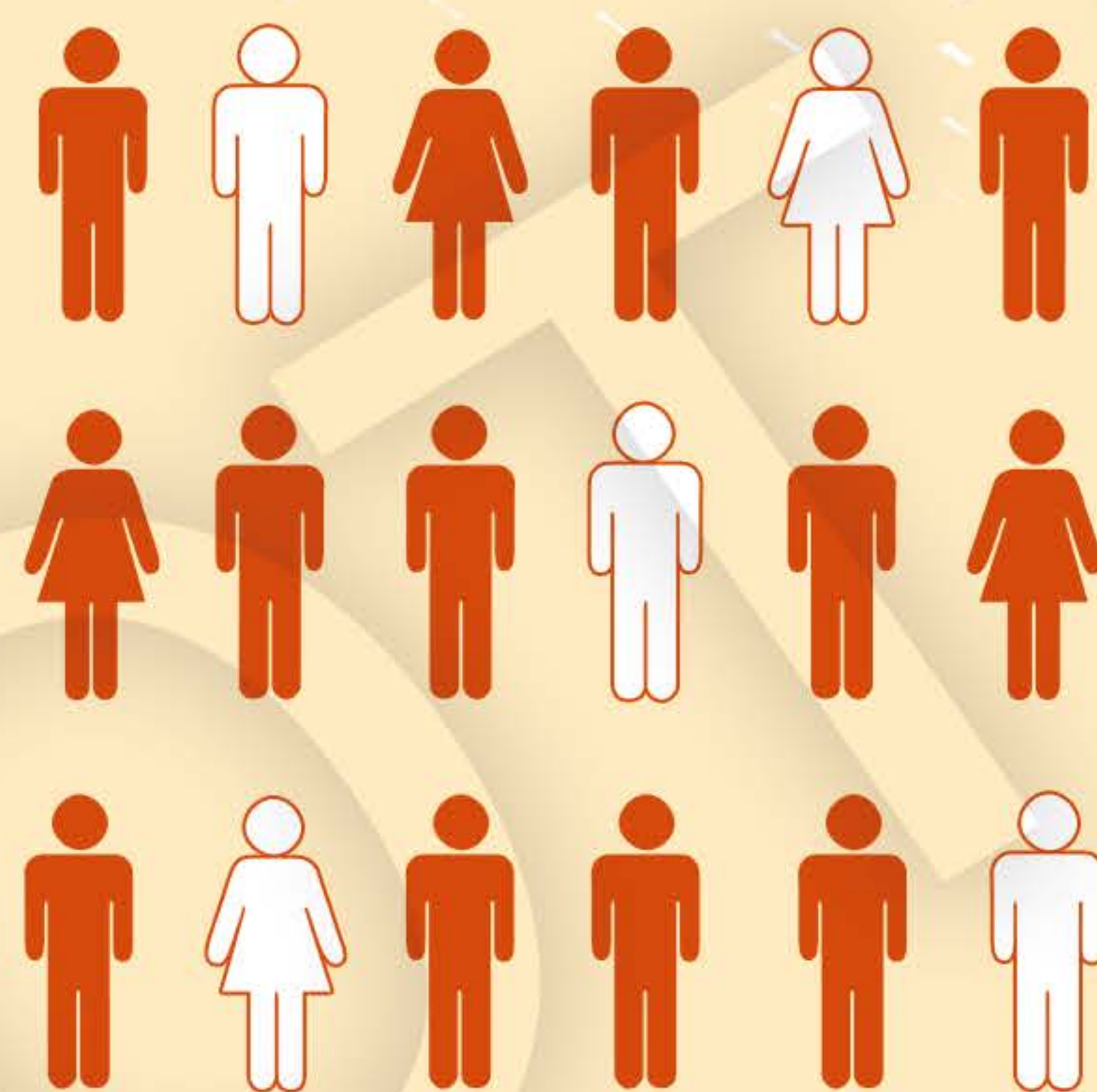
بیشتر بدانیم

28 JULY
WORLD

HEPATITIS
DAY



برای درمان هپاتیت هیچ وقت منتظر درد نباشیم!
بسیاری از موارد بیماری کبدی بدون علائم و درد است



جمع آوری مطالب:
طوبی علیرضایی
کارشناس پرستاری

افراد در معرض خطر

هپاتیت A

- کودکان در مهد کودک ها
- افرادی که زیاد مسافرت می کنند
- افراد مصرف کننده مواد غذایی خام و غیر بهداشتی

افراد در معرض خطر

هپاتیت B

- پزشکان، پرستاران، بیماران دیالیزی
- آرایشگران، معتادان تزریقی، زندانیان
- افراد که قبل از سال ۱۹۹۲ خون یا فرآورده های خونی دریافت کرده اند

بیشتر بدانیم...

با رعایت نکات ایمنی زندگی روزمره،
کار و زندگی در کنار افراد مبتلا به هپاتیت
هیچ مانعی ندارد



مرکز بهداشت و درمان
مدیریت امور دانشجویی

A B C D E

نکات مهم

بیماران مبتلا به هپاتیت نمی دانند که مبتلا به هپاتیت هستند، لذا انجام تست های تشخیصی یکبار در طول عمر کافی است تا به این بیماری پی ببرید.

بیماران مبتلا به هپاتیت B نمی دانند این بیماری قابل درمان و کنترل است.

بیماران مبتلا به هپاتیت نمی دانند این بیماری قابل انتقال به دیگران است.

بیماران مبتلا به هپاتیت اگر در ابتدای ابتلا متوجه و درمان شوند از عوارض کبدی مانند: نارسایی، سیروز و سرطان کبد نجات پیدا می کنند. لذا ضروری است علاوه بر تشخیص درمان و پیشگیری از عوارض مهلک، از انتشار بیماری به وابستگان و دوستان خود نیز جلوگیری نمایند.

اگر مبتلا هستید جهت درمان به پزشک مراجعه کنید.

غذاهایی که کبد را پاک می کند



آب، چای سبز

سیب، توت ها، لیمو
گریپ فروت، آوآکادو

گردو
زیتون

هویج، چغندر
سیر، اسفناج
کلم پیچ، کلم بروکلی

زردچوبه

؟ هپاتیت

هپاتیت به معنای التهاب کبد است. بسیاری از عوامل از جمله: داروها، سموم و ویروس ها می توانند این التهاب را ایجاد کنند. متداول ترین هپاتیت های ویروسی، هپاتیت نوع A - B - C - D - E می باشند.

۱ علائم هپاتیت

احساس ناراحتی، خستگی، بی اشتها، تهوع، استفراغ، درد عضلات، سردرد، تب خفیف، پررنگ شدن ادرار، گاهی در ابتدا با علائم سرماخوردگی شروع می شود. (زردی از علائم دیررس می باشد).

۲ تشخیص

آزمایش خون، (اندازه گیری آنزیم های کبدی) بالارفتن آنزیم های کبدی نشانه هپاتیت است.

۳ پیشگیری

- آسانترین راه پیشگیری: رعایت نکات بهداشتی
- واکسیناسیون علیه هپاتیت B بخصوص در کودکان
- در صورت تماس با فرد مبتلا به هپاتیت به نزدیک ترین مرکز بهداشت مراجعه کنید.

نوع هپاتیت	نحوه انتقال	دوره کمون	هپاتیت مزمن	ناقل مزمن	پیشگیری
هپاتیت A	آب و غذای آلوده، دست آلوده، مدفوع	۲-۶ هفته	✗	✗	رعایت بهداشت
هپاتیت B	تزریق خون و فرآورده های خونی آلوده استفاده از سرنگ های مشترک (معتادان تزریقی)	۱-۶ ماه	✓	✓	رعایت بهداشت و واکسیناسیون علیه هپاتیت B
هپاتیت C	بکار بردن ابزار و وسایل آلوده: تیغ ریش تراش، وسایل خالکوبی و... انتقال از مادر به جنین	۵-۱۰ هفته	✓	✓	رعایت بهداشت و واکسیناسیون علیه هپاتیت B
هپاتیت D	تماس جنسی با افراد آلوده، نامشروع و متعدد تمام مایعات بدن یک فرد مبتلا به هپاتیت مثل: بزاق، خون و منی آلوده است و تماس با این مایعات به راحتی هر فردی را مبتلا می کند	۱-۶ ماه	✓	✓	رعایت بهداشت و واکسیناسیون علیه هپاتیت B
هپاتیت E	آب و غذای آلوده، دست آلوده، مدفوع	۲-۹ ماه	✗	✗	رعایت بهداشت