

## هپاتیت ب

اطلاعات برای بیماران و مقررات لازم الاجرای مربوطه. برگه اطلاعاتی پیرامون حفاظت از سرایت بیماری‌ها، از سوی پزشک مسئول محافظت در برابر سرایت بیماری‌ها

### هپاتیت ب چیست؟

هپاتیت ب ویروسی است که کبد را آلوده کرده و در درجه نخست از طریق خون و رابطه جنسی انتقال می‌یابد. هپاتیت ب در همه نقاط جهان وجود دارد و در برخی کشورها بسیار شایع است. تقریباً نیمی از افراد بزرگسال که دچار این عفونت می‌شوند هیچ نشانه‌ای از بیماری بروز نمی‌دهند. نشانه‌های بیماری حاد هپاتیت ب می‌تواند حالت تهوع، بی‌اشتهایی به غذا، خستگی، دردهای مبهم در ناحیه شکم، درد در بدن و تب باشد. همچنین ممکن است خارش و یا زردی سفید چشم و پوست بدن (یرقان) نیز بروز نماید. در بیشتر موارد، این بیماری نزد بزرگسالان ظرف مدت چندماه التیام یافته و فرد از آلودگی رها می‌شود. کودکانی که دچار این بیماری می‌شوند خطر بیشتری برای مبتلا شدن به یک عفونت مزمن (طولانی) خواهند داشت. در مواردی که عفونت مزمن بوجود می‌آید فرد ناقل بیماری بوده و این عفونت می‌تواند در درازمدت منجر به آسیب‌های جدی کبدی شود. از این رو افراد مبتلا به عفونت مزمن بایستی با پزشک خود بطور منظم ملاقات نمایند زیرا ممکن است لازم شود فرد تحت درمانی قرار بگیرد که خطر آسیب دیدن کبد بوسیله این ویروس را کاهش دهد. ملاقات با پزشک و درمان احتمالی رایگان است. در برابر هپاتیت ب واکسنی وجود دارد که هم قبل از آلوده شدن و هم ۴۸ ساعت پس از سرایت به این ویروس می‌تواند دریافت شود.

### راه‌های سرایت

هپاتیت ب می‌تواند از طریق تماس خون آلوده با مخاط بدن یا پوست آسیب دیده سرایت کند. هپاتیت ب همچنین از طریق روابط جنسی هم منتقل می‌شود و خطر ابتلا در همه اشکال آمیزش/تماس‌های جنسی بالا می‌باشد. سرایت بیماری می‌تواند از طریق تماس‌های نزدیک در داخل خانواده هم انجام پذیرد. یک مادر مبتلا به این بیماری می‌تواند در هنگام زایمان عفونت را به فرزند خود منتقل کند. استفاده مشترک از سرنگ و وسایل جانبی آن با یک فرد آلوده به هپاتیت ب در هنگام تزریق مواد مخدر، خطر بزرگی برای سرایت این بیماری ایجاد می‌کند. با واکسیناسیون می‌توان از سرایت بیماری بشکلی موثر پیشگیری نمود. به آن دسته از افراد خانواده و نزدیکان (شریک جنسی) که نیاز به واکسینه شدن دارند، بطور رایگان این امکان داده می‌شود.

### چه هنگام هپاتیت ب سرایت نمی‌کند؟

هپاتیت ب از طریق در آغوش گرفتن، بوسیدن یا اشک‌های فرد مبتلا سرایت نمی‌کند. مدفوع، استفراغ یا آب بینی که با خون مخلوط نیست، هم موجب سرایت بیماری نمی‌شود. اگر خون با پوستی که آسیب ندیده در تماس قرار بگیرد نیز خطری برای انتقال بیماری ایجاد نمی‌کند.

### فعالیت‌های کاری

ابتلا به عفونت هپاتیت ب، در موارد معمولی، محدودیتی در زمینه فعالیت‌های کاری یا تحصیلی شما ایجاد نمی‌کند. در عین حال ممکن است محدودیت‌هایی برای شما در زمینه کار، کارآموزی یا شرکت در فعالیت‌های کاری دیگری که ممکن است خطر سرایت بیماری را در بر داشته باشد، اعمال شود.

### بارداری و زایمان

بانوی بارداری که مبتلا به این بیماری می‌باشد، ممکن است در هنگام زایمان آن را به فرزند خود منتقل کند. از همین رو به همه بانوان باردار امکان انجام تست هپاتیت ب در کلینیک‌های مراقبت مادران داده می‌شود. برای جلوگیری از آنکه نوزاد تازه بدنیا آمده به هپاتیت ب مبتلا شود، مراحل انجام واکسیناسیون بلافاصله بعد از زایمان شروع می‌گردد.

### کاندوم در هنگام آمیزش از راه دهان، واژن یا مقعد

کاندوم در برابر هپاتیت ب و دیگر بیماری‌های قابل سرایت از طریق آمیزش جنسی حفاظت خوبی بعمل می‌آورد و اگر همسر/ شریک جنسی شما در برابر هپاتیت ب، مصونیت ندارد (قبلاً این بیماری را داشته یا واکسن آن را دریافت نموده است)، بایستی کاندوم در تمام طول آمیزش جنسی مورد استفاده قرار گیرد. از لحاظ منطقی می‌توان تصور نمود که فمیدوم (کاندوم زنانه) هم به همان اندازه موثر باشد، اما این روش از نظر علمی مورد ارزیابی قرار نگرفته است. این موضوع در مورد اسلیک‌لاپ (غشاء نازک سلوفون که روی اندام‌های تناسلی کشیده شده و تماس دهنی برقرار

می‌شود) هم صدق می‌کند. برای همه موارد فوق، این امر اهمیت دارد که از ابتدا تا انتهای رابطه جنسی/ارتباط نزدیک از آنها استفاده شود.

### ردیابی سرایت بیماری

این امر اهمیت دارد که افراد دیگری که ممکن است آلوده شده و این عفونت را به دیگران منتقل کنند، یافته شوند. به همین دلیل ردیابی سرایت بیماری انجام می‌شود که عبارت از آن است که شما بایستی برای فرد مسئول ردیابی سرایت بیماری خود نام افرادی که ممکن است این بیماری را به شما انتقال نموده‌اند و یا اینکه از شما این بیماری را گرفته باشند اعلام نمایید. شما موظفید که در ردیابی سرایت بیماری مشارکت نمایید. هویت شما برای افراد مزبور فاش نخواهد شد.

### رهنمودهای بهداشتی که بهتر است برای پرهیز از انتقال بیماری به دیگران، رعایت نمایید

- در پوشاندن زخم‌ها با باند پانسمان، حتی درباره زخم‌های کوچک، جدیت نمایید.
- اگر فردی به شما برای پانسمان زخم کمک می‌کند، بایستی فرد مزبور از دستکش‌های پلاستیکی استفاده نماید.
- قبل از دورانداختن وسایل آلوده به خون، آنها را بدقت بسته‌بندی کنید.
- لباس‌های آلوده به خون را در ماشین لباسشویی بشویید.
- لکه‌های خون روی سطوح، بعنوان نمونه، کف اتاق را با وسایل یکبار مصرف تمیز کرده و سپس آن را دور بیندازید. سپس مکان مورد نظر را بدقت با آب و مواد پاک‌کننده بشویید.

### مقررات بهداشتی که باید برای پیشگیری از انتقال بیماری به دیگران، رعایت نمایید

- شما بایستی به جلسه‌های ملاقاتی که پزشک معالج شما ضروری می‌داند، بیایید.
- هنگامی که به مراکز درمانی یا دندانپزشک مراجعه می‌کنید، بایستی اطلاع دهید که خون شما آلوده به این بیماری است.
- شما بایستی در هنگام خالکوبی یا تتو کردن، سوراخ کردن گوش و یا اقدامات درمانی دیگر که موجب خونریزی پوستی می‌شود مانند پیرسینگ (سوراخ‌کاری بدن)، اطلاع دهید که خون شما آلوده به این بیماری است.
- اگر همسر/شریک زندگی یا عضوی از خانواده شما نیاز به واکسیناسیون در برابر هپاتیت ب دارد، به پزشک معالج خود اعلام کنید.
- شما موظفید پیش از آمیزش جنسی یا دیگر ارتباط نزدیک به شریک جنسی خود اطلاع دهید که هپاتیت ب دارید. این امر همه شکل‌های ارتباط/فعالیت جنسی را در بر می‌گیرد. حتی اگر هم قصد دارید از کاندوم/فمیدوم یا کاندوم زنانه/اسلیک‌لاپ استفاده کنید، باید در مورد هپاتیت ب اطلاع دهید.
- اگر همسر/شریک جنسی شما در برابر هپاتیت ب، مصونیت ندارد (قبلاً این بیماری را داشته یا واکسن آن را دریافت نموده است) موارد زیر بایستی رعایت شود: در آمیزش جنسی که آلت تناسلی مرد در واژن، راست روده (انتهای روده که به مقعد منتهی می‌شود) یا دهان قرار می‌گیرد، بایستی کاندوم از ابتدا تا انتهای آمیزش جنسی مورد استفاده قرار گیرد.
- اگر خون شما در زخم پوستی، چشم، بینی یا دهان کسی وارد شد، بلافاصله آن را با آب شستشو دهید.
- شما بایستی به فرد مورد نظر اطلاع دهید که خون شما آلوده به هپاتیت ب می‌باشد و او باید در اسرع وقت با مرکز بهداشتی درمانی خود، نزدیک‌ترین کلینیک بیماری‌های عفونی یا ۱۱۷۷/ راهنمای درمان تماس بگیرد تا در مورد یک واکسیناسیون رایگان برای او تصمیم‌گیری شود.
- بطور مشترک با دیگران از لوازم بهداشتی فردی مانند تیغ ریش‌تراشی یا مسواک استفاده نکنید.
- اگر مواد مخدر به خود تزریق می‌کنید، بایستی سرنگ و آمپول‌های مربوط به خود داشته باشید و نگذارید دیگران از آنها استفاده کنند. همچنین نباید با دیگران بطور مشترک از ظرف مخلوط کردن موادمخدر و دیگر وسایل مربوطه استفاده کنید. وسایل تزریق را بایستی در جایی نگهداری کنید که خطر انتقال بیماری به دیگران را بوجود نیاورد.
- شما نباید مبادرت به اهدای خون، اسپرم یا منی، تخمک، اهدای اندام یا بافت بدن برای پیوند نمایید.

هپاتیت ب بر اساس قانون حفاظت در برابر سرایت بیماری‌ها، یک باصطلاح بیماری خطرناک برای عموم می‌باشد. به‌همین دلیل شما موظف هستید مقررات لازم‌الاجرائی که پزشک شما ابلاغ می‌کند را رعایت نمایید. شما می‌توانید درخواست کنید تا پزشک مسئول پیشگیری از سرایت بیماری‌ها در استان شما، مقررات تعیین شده برایتان را مورد بازنگری قرار دهد.