



# Hepatitis A

## التهاب الكبد نمط A

Arabic

### كيف ينتشر التهاب الكبد نمط A؟

- على سبيل المثال، يمكن أن ينتشر التهاب الكبد نمط A عندما:
- لا يغسل الأشخاص أيديهم بعناية بعد استعمال المراض أو تغيير حفاضات الأطفال .
  - يتناول الأشخاص أطعمة غير مطبوخة مثل السلطات الملوثة عن طريق شخص مصاب بالمرض .
  - يأكل الأشخاص الحار من مياه ملوثة .
  - يشرب الأشخاص مياهها ملوثة .

ويمكن أن ينتقل المرض أيضاً عن طريق الاتصال الجنسي الفموي / الشرجي .

### أعتقد أنني مصاب بالتهاب الكبد نمط A - ما الذي يتعين علي القيام به؟

إذا كانت توجد لديك أعراض التهاب الكبد نمط A قم بإبلاغ طبيبك فوراً .

تعطى عادة في حالات التهاب الكبد نمط A حقنة (الغلوبولين المناعي أو غاماغلوبولين) لجميع سكان المنزل وللمخالطين الصميمين للحالة .

ويقي عادة الغلوبولين المناعي من التهاب الكبد نمط A أو يجعل الأعراض أكثر اعتدالاً، ولكن يجب إعطاؤه خلال عشرة أيام من الاتصال بحالة التهاب كبد نمط A ليكون فعالاً . إن الإصابة مرة واحدة بالتهاب الكبد توفر وقاية على مدى الحياة .

### هل أستطيع الاستمرار في مزاولتي عملي؟

يتعين على الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد نمط A الانقطاع عن العمل، ويجب على الأطفال المصابين عدم الذهاب إلى مراكز رعاية الأطفال أو رياض الأطفال أو المدارس، لمدة أسبوع واحد على الأقل بعد بدء اليرقان .

### ما هو التهاب الكبد نمط A؟

التهاب الكبد نمط A هو مرض يؤثر على الكبد، ويسبب حدوثه فيروس التهاب الكبد نمط A . إن أي شخص لم يصاب بالتهاب الكبد نمط A من قبل يمكن أن يصاب به .

إن التهابات الكبد النمط A والنمط B والنمط C تسببها فيروسات مختلفة . إن الإصابة بنمط واحد من أنماط التهابات الكبد لا يعطي أية وقاية ضد الأنماط الأخرى لالتهابات الكبد .

### ما هي أعراض التهاب الكبد نمط A؟

إن أعراض هذا المرض هي الحمى والغثيان وانزعاج في البطن، يتبعها بعد بضعة أيام بول غامق اللون واصفرار الجلد والعينين (اليرقان) .

إن العديد من المصابين بهذا المرض وخاصة الأطفال دون الثلاث سنوات من العمر تكون لديهم أعراض قليلة أو لا توجد أعراض لديهم . ومن الأكثر احتمالاً وجود الأعراض عند الأطفال الأكبر سناً وبالبالغين، وتستمر الأعراض لبضعة أسابيع ويتبعها الشفاء الكامل .

وتستغرق الفترة قبل أن تصبح مريضاً ما بين ١٥ و ٥٠ يوماً بعد الإصابة . وتكون عادة حوالي ٢٨ يوماً .

ويمكن أن ينقل الأشخاص المصابون بالتهاب الكبد نمط A المرض إلى الأشخاص الآخرين من فترة أسبوعين قبل أن يصبحوا مرضى ولغاية أسبوع بعد بدء اليرقان .

### كيف ينتشر التهاب الكبد نمط A؟

يحدث التهاب الكبد نمط A عند دخول فيروس التهاب الكبد نمط A عن طريق الفم . ويحصل ذلك عادة عندما تكون اليدان أو الأطعمة أو أشياء أخرى ملوثة ببراز أو بول أشخاص مصابين بالتهاب الكبد نمط A .

## مراكز رعاية الأطفال

ينتشر التهاب الكبد نمط A بسرعة في مراكز رعاية الأطفال .  
ولهذا السبب فإنه من المهم أن تلاحق هذه المراكز إجراءات غسل  
اليدين والنظافة الشخصية .

إن أول علائم انتشار التهاب الكبد ضمن مركز رعاية أطفال من  
الأرجح أن يكون مرض أحد الوالدين أو موظف /ة في المركز  
عوضاً عن مرض طفل .

عند وقوع حالات التهاب الكبد نمط A في مركز رعاية أطفال ،  
فقد يكون من الضروري إعطاء الغلوبولين المناعي لدائرة واسعة  
من المتصلين ( المخالطين ) .

## السفر خارج استراليا

يتعين على الأشخاص المسافرين إلى خارج استراليا وعلى الأخص  
المسافرين إلى الدول النامية اتخاذ احتياطات خاصة لتجنب  
الإصابة بالتهاب الكبد نمط A .

إن الأطعمة والمشروبات الملوثة هي مصدر شائع لهذا المرض .

تجنب – الأطعمة غير المطبوخة ، وعلى الأخص  
الخضروات والفواكه التي لا يمكن تقشيرها  
قبل تناولها  
– الحار  
– الثلج والمشروبات غير المعلبة .

## هل يمكنني الحصول على التمنيع ضد المرض ؟

في عام ١٩٩٣ أصبح لقاح ضد التهاب الكبد نمط A متوافراً .

وينصح بشكل رئيسي بالتمنيع ( التلقيح ) ضد التهاب الكبد  
نمط A للأشخاص المسافرين إلى أماكن يكون فيها المرض شائعاً  
أو إلى الأماكن التي تكون فيها مقاييس النظافة متدنية . وينصح  
أيضاً بتلقيح العاملين في مراكز رعاية الأطفال الذين يقدمون  
الرعاية لأطفال دون السنتين من العمر .

للحصول على المزيد من المعلومات اتصل هاتفياً بوحدة الأمراض  
السارية، دائرة الخدمات البشرية على الرقم 9637 4000 (03) .

منشورات قسم الصحة العامة .

ومن المهم على وجه الخصوص أن لا يقوم الأشخاص الذين  
يتعاملون مع الأطعمة، والعاملون في مجال رعاية الأطفال،  
والعاملون في الحقل الصحي بالعمل لمدة أسبوع واحد على الأقل  
بعد بدء اليرقان .

## كيف يمكنني منع نقل المرض إلى عائلتي ؟

يجب على الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد نمط A عدم  
تحضير أو التعامل مع الأطعمة التي سوف يقوم أشخاص آخرون  
بتناولها، وأن لا يقوم أي شخص بمشاركتهم أدوات المائدة أو  
فراشي الأسنان أو المناشف أو مناشف الوجه خاصتهم طالما هم  
مصابون بالمرض .

## كيف أتفادي الإصابة بالتهاب الكبد نمط A ؟ غسل اليدين بعناية

ينبغي على كل شخص غسل يديه بعناية باستعمال الصابون  
والماء الجاري الساخن لمدة عشر ثوان على الأقل :

- قبل تحضير الأطعمة .
- قبل الأكل .
- بعد استعمال المراحيض أو تغيير حفاظات الأطفال .
- بعد التدخين .
- بعد استعمال المحارم أو المحارم الناعمة .
- خلال الفترة التي تفصل بين التعامل مع الأطعمة النيئة  
والأطعمة الجاهزة للأكل .

يتعين على المتعاملين مع الأطعمة استعمال المحارم الورقية التي  
ترمي بعد الاستعمال والمصنعة للاستعمال مرة واحدة أو  
استعمال المناشف الكهربائية لتجفيف أيديهم . ولا ينصح  
باستعمال المناشف القماشية لأنها تتوسخ بسرعة وتنقل الجراثيم  
من شخص إلى شخص آخر .

## التنظيف المنزلي

يجب تنظيف الحمامات والمراحيض باستمرار لتجنب نشر  
الفيروسات . وأعط انتباهاً خاصاً للسطوح مثل مقاعد  
المراحيض، والمقابض، والحنفيات، ومناضد تغيير الحفاضات .

## المياه الواردة من مصادر غير معالجة

إذا كان توريد المياه لديك يأتي من مصدر غير معالج مثل بحيرة  
أو نهر فإنه يجب غلي الماء قبل استعماله .