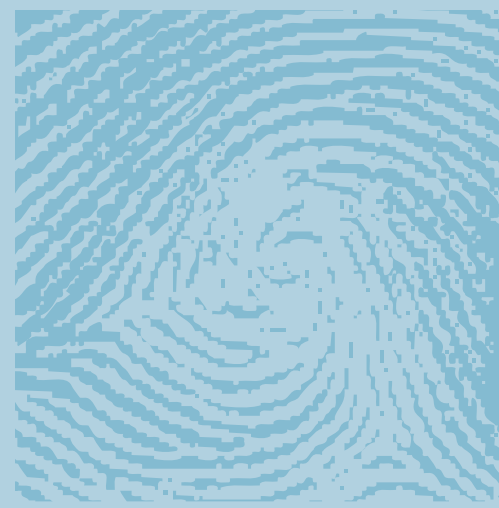


التهاب الكبد نمط C - الحقائق

Hepatitis C - the facts

Arabic

تموز/يوليو ٢٠٠٣



ما هو التهاب الكبد Hepatitis؟

يعني مصطلح Hepatitis التهاب في الكبد وإذا لم يؤدي الكبد وظيفته على نحو صحيح بإمكانه التسبب بأمراض خطيرة أو حتى الوفاة.

إن شرب الكحول أو تعاطي المخدرات يمكن أن يسبب الإصابة بالتهاب الكبد، ويمكن أيضاً أن يسبب التهاب فيروسي. وهناك أنماط مختلفة لالتهابات الكبد الفيروسية يشار إليها بأحرف مختلفة A, B, C, D, E. وتسبب كافة الفيروسات مشاكل متشابهة ولكنها تنتشر بطرق مختلفة لذا فإن طرق الوقاية من الإصابة بالفيروس تختلف أيضاً. تتناول هذه النشرة التهاب الكبد نمط C فقط.

ما هي أعراض التهاب الكبد نمط C؟

في حالات كثيرة قد لا يشعر الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد نمط C بأنهم مرضى بينما قد يعاني آخرون من مرض خفيف "شبيه بالانفلونزا" ولا يتطلب المعالجة عند الإصابة في البداية بعدوى فيروس التهاب الكبد نمط C قد يصبح بول بعض الأشخاص أكثر دكارة وقد يتغير لون بياض العينين والجلد إلى لون أصفر. وقد تزول هذه الأعراض خلال بضعة أسابيع ولكن لا يعني هذا بالضرورة أن الالتهاب قد زال أيضاً. إذا كانت لديك أعراض التهاب الكبد أو تعتقد بأنك تعرضت لخطر الإصابة به قم بمراجعة طبيبك. ويمكن تقصي ما إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد نمط C بإجراء فحص للدم. إذا استمر التهاب الكبد لأكثر من ستة أشهر يدعى المرض التهاب الكبد نمط C المزمن.

وتشمل أعراض التهاب الكبد نمط C المزمن:

- التعب الخفيف إلى الشديد؛
- فقدان الشهية؛
- الغثيان أو التقيؤ؛
- الألم تحت أضلاع الصدر؛
- الحمى؛ أو
- ألم المفاصل.

هل التهاب الكبد نمط C خطر؟

قد يستمر أكثر من ٧٠٪ من الأشخاص الذين أصيبوا بعدوى الالتهاب بحمل الفيروس في دمهم ويصبحون حملة طويلي الأجل أو مزمنين. ويعتقد بأنه لغاية ١٥ إلى ٢٠٪ من الحملة المزمنين سوف يصابون بتشمع الكبد. قد يستغرق ذلك مدة ٢٠ سنة لكي يحدث. وبعد بضع سنين قد يصاب عدد قليل من المصابين بتشمع الكبد بسرطان الكبد. ويبقى حملة التهاب الكبد نمط C مصابين بالعدوى طوال حياتهم وقادرين على نقل الفيروس إلى الآخرين إذا لم يتخذوا الاحتياطات اللازمة.

كيف ينتقل التهاب الكبد نمط C؟

الدم

يكون فيروس التهاب الكبد نمط C موجوداً في دم الشخص المصاب بالعدوى وإذا دخل الدم المصاب بالعدوى مجرى دم شخص آخر فقد يصاب هذا الشخص بالفيروس. وأكثر الطرق شيوعاً في أستراليا للإصابة بعدوى التهاب الكبد نمط C هي المشاركة في استعمال معدات المخدرات مثل الإبر والمحاقن والملاعق.

بعض الأشخاص المولودون خارج أستراليا المصابون بالعدوى في بلدهم الأصلي قد يكونوا أصيبوا بالعدوى عن طريق استعمال معدات حقن غير معقمة خلال حملات التحصين أو في جلسات علاجية. ويمكن أيضاً انتقال عدوى التهاب الكبد نمط C بالطرق التالية:

- استعمال معدات الوشم وثقب الجلد غير المنظفة والمعقمة بشكل جيد.
- المشاركة في استعمال فراشي الأسنان أو شفرات الحلاقة أو أي أدوات شخصية يمكن أن تسحب دماً استعملت مسبقاً من قبل شخص مصاب بالعدوى.
- تماس دم شخص مع جروح مكشوفة لشخص آخر.

إن خطر تعرض الأشخاص الذين يتلقون نقل الدم في أستراليا للإصابة بعدوى التهاب الكبد نمط C منخفض جداً لأنه منذ عام ١٩٩٠ يتم اختبار تبرعات الدم لتقصي الفيروس.

الجنس

هناك خطر منخفض جداً للتعرض للإصابة بعدوى التهاب الكبد نمط C خلال الممارسة الجنسية ولكن قد يزداد الخطر إذا كان هناك نزف، على سبيل المثال خلال دورة الطمث (العادة الشهرية).

من الأم إلى وليدها

الأمهات الحملة للفيروس قد يقمن في حالات نادرة بنقل التهاب الكبد نمط C إلى أجنهن خلال الحمل أو عند الولادة. هناك خطر منخفض لإصابة الوليد بالفيروس عن طريق حليب الأم.

كيف أتجنب الإصابة بعدوى التهاب الكبد نمط C؟

- لا يوجد في الوقت الحاضر لقاح للوقاية من الإصابة بعدوى التهاب الكبد نمط C.
- لا تشارك باستعمال فراشي الأسنان أو شفرات الحلاقة أو مقصات الأظافر حيث يمكن أن تثقب الجلد وتصبح ملوثة.
- إذا كنت ممن يتعاملون بأدوات ثقب الجلد أو القضاء على جذور الشعر باستعمال التيار الكهربائي أو الوخز بالإبر تأكد دائماً من أن أية أداة تثقب الجلد نظيفة ومعقمة عند استعمالها.

يتوجب على العاملين في الحقل الصحي اتباع التوجيهات المعيارية لمكافحة عدوى التهابات.

- كلما أمكن ضع قفازات تستعمل لمرة واحدة إذا كنت تقدم إسعافات أولية أو تقوم بتنظيف دم أو سوائل من الجسم.
- استعمل الواقي الذكري "Condom" في كل مرة تمارس فيها الجنس عن طريق الشرج أو الفم أو المهبل. يتعين على الأشخاص المصابين بعدوى التهاب الكبد نمط C وقيمون علاقة ثابتة طويلة الأجل الأخذ بعين الاعتبار بحث استعمال الواقي الذكري مع طبيبه.

الأشخاص الذين يستعملون المخدرات عن طريق الحقن؟

- دائماً اغسلوا أيديكم قبل الحقن وبعده.
- لا تشاركوا أبداً في استعمال الإبر والمحاقن والملاعق والعيديان (swabs)، والفيلتر، وضواغط وقف النزف، والماء. هذه الأدوات متوافرة من بعض الصيدليات ومنافذ برنامج تبادل الإبر والمحاقن. للمزيد من المعلومات عن أين يمكنكم الحصول على إبر ومحاقن جديدة أو إذا دعت الضرورة كيفية تنظيفها اتصلوا بالخط المباشر DIRECTLINE على الرقم: 1800 888 236.

تنظيف وإزالة دم مندلق:

- ضع قفازات تستعمل لمرة واحدة واستعمل مناشف ورقية لمسح الدم المندلق وتخلص من المناشف الورقية المستعملة بوضعها في كيس بلاستيك.
- اغسل المنطقة بالماء الدافئ ومنظف منزلي واشطفها وجففها.
- ضع القفازات المستعملة في كيس بلاستيك وأغلقه بإحكام وتخلص منه بوضعه في حاوية القمامة.
- اغسل يديك بالماء الدافئ والصابون وجففهما تماماً.

هل هناك اختبار لتقصي التهاب الكبد نمط C؟

نعم، إن إجراء اختبار الأجسام المضادة سوف يعلمك ما إذا كنت قد أصبت بالعدوى أم لا. ويمكن أن يستغرق حوالي شهرين إلى ثلاثة أشهر (فترة أطول في بعض الأحيان) من وقت الإصابة بعدوى التهابات قبل أن يستطيع اختبار الدم تقصي الأجسام المضادة لالتهاب الكبد نمط C. إذا كانت نتيجة الاختبار إيجابية يمكن إجراء اختبار إضافي في مختبرات متخصصة يدعى hepatitis C PCR لتحديد ما إذا كان الفيروس ما زال موجوداً في دمك أو كبديك.

ما الذي يتوجب عليّ فعله إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد نمط C؟

- يمكنك تخفيض مأخوذك من الكحول واتباع نظام غذائي متوازن والعناية بصحتك بشكل عام، ويمكنك أيضاً:
- مراجعة طبيبك الذي سيقوم بمراقبة حالتك وإذا دعت الضرورة إحالتك إلى إخصائي.
- أن تقوم بالتحصين ضد فيروسات كبدية أخرى (مثل التهاب الكبد نمط A ونمط B).
- ابحث حالتك مع مقدم الرعاية الصحية لك عند خضوعك لأي إجراءات طبية أو سنية علماً بأنه لا توجد مستلزمات قانونية للقيام بذلك.

- تغطية أي تشقق أو جرح بشكل كامل باستعمال ضمادة مانعة لتسرب الماء.
- ممارسة الجنس بشكل آمن.

إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد نمط C يتوجب عليك عدم:

- التبرع بالدم أو أعضاء جسمك.
- المشاركة باستعمال معدات الحقن.
- المشاركة باستعمال أدوات شخصية مثل فراشي الأسنان أو شفرات الحلاقة.

هل هناك علاج لالتهاب الكبد نمط C؟

لقد أدت معالجة مقترنة بالأدوية interferon و ribavirin إلى تحسين النتائج إلى حد كبير بالنسبة للأشخاص المصابين بالتهاب الكبد نمط C. ويمكن أن تساعد هذه المعالجات في تخفيض التضخم في الكبد وتنقيته من الفيروس عند ٣٠ إلى ٦٥٪ من الأشخاص. من الضروري أن تقوم بالتحدث مع طبيبك.

التمييز

يجب عدم التمييز ضد الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد نمط C وإذا كنت تعتقد بأنك قد تعرضت للتمييز اتصل بمفوضية تكافؤ الفرص.

المزيد من المعلومات

خط المساعدة بخصوص التهاب الكبد نمط C

هاتف: 9349 1111
الأرياف: 1800 800 241
خط المعلومات باللغة الفيتنامية
1800 456 007

مجلس مكافحة التهاب الكبد نمط C في فيكتوريا

هاتف: 9380 4644
الأرياف: 1800 703 003

نسخ بلغات أخرى

www.dhs.vic.gov.au/phd/hepc