



ابتلا به ویروس هپاتیت سی Hepatitis C Virus Infection

عفونت ویروس هپاتیت سی چیست؟

هپاتیت سی یک بیماری کبدی است که در اثر ویروس هپاتیت سی (HCV) ایجاد میشود.

نشانه‌های این بیماری چیست؟

بیشتر افرادی که عفونت HCV دارند از حال عمومی خوبی برخوردار هستند، هیچ نشانه‌ای در آنها دیده نمی‌شود، و حتی نمی‌دانند که این بیماری را دارند. ممکن است بعضی از افراد کسالت مختصری همراه با نشانه‌هایی داشته باشند که معمولاً پیرامون 6 هفته بعد از اینکه در معرض ویروس قرار گرفتند ظاهر می‌شوند.

نشانه‌های عفونت حاد HCV عبارتند از:

- خستگی
- کم اشتها
- تب
- شکم درد
- درد مفاصل
- ادرار تیره رنگ
- مدفوع رنگ پریده
- تهوع و استفراغ
- یرقان (زردی پوست یا چشمها)

بیشتر افراد بیمار هیچ نشانه‌ای ندارند و حتی نمی‌دانند که این بیماری را دارند. حدود 75 درصد افرادی که مبتلا به HCV هستند به بیماری مزمن (مادام العمر) مبتلا خواهند شد.

عفونت ویروس هپاتیت سی چقدر شایع است؟

در کانادا، از هر صد نفر، یک نفر مبتلا به HCV است. این میزان در بریتیش کلمبیا کمی بالاتر است.

هر سال در حدود 2300 مورد جدید از ابتلا به عفونت HCV در بریتیش کلمبیا شناسایی می‌شود. بیشتر افراد سالها به این بیماری مبتلا بوده‌اند اما به تازگی آزمایش داده‌اند و بیماری آنها تشخیص داده شده است.

افرادی که بیشتر به HCV مبتلا می‌شوند عبارتند از:

- افرادی که از مواد مخدر تزریق کرده یا وسایل تزریق مواد را به طور مشترک با دیگران استفاده کرده‌اند
- افرادی که در کانونهای اصلاح و تربیت زندگی می‌کنند
- افراد متولد و یا بومی کشورهای که در بعضی مناطق آن کشور ویروس هپاتیت سی شیوع دارد. این بیماری در اروپای شرقی، آسیا، جنوب صحرای آفریقا، شمال آفریقا، آسیای میانه، استرالیا و اقیانوسیه شایع است

- افرادی که در سالهای بین 1945 تا 1975 متولد شده‌اند
- بومیان (اقوام اولیه، میتیس و اینویت) نرخ ابتلا به HCV بالاتری دارند
- کسانی که در کشورهایی که از تجهیزات پزشکی نا امن استفاده می‌شود مراقبت پزشکی دریافت کرده‌اند
- افرادی که قبل از سال 1992 انتقال خون داشته یا از فرآورده‌های خونی در کانادا استفاده کرده‌اند

اکنون تمام فرآورده‌های خونی و اهدا کنندگان خون در کانادا مورد غربالگری HCV قرار می‌گیرند. اکنون خطر ابتلا در اثر انتقال خون یا فرآورده‌های خونی بسیار کم است. این خطر اکنون کمتر از 1 مورد در هر 6.7 میلیون اهدا برای HCV برآورد می‌شود.

چگونه می‌توانم تشخیص بدهم که عفونت ویروس هپاتیت سی دارم؟

بعد از اینکه در معرض HCV قرار گرفتید، پادتنهای این ویروس در خون تان ظاهر میشوند که با یک آزمایش خون مشخص میشود. آزمایش پادتن مثبت یعنی قبلاً در معرض ویروس قرار گرفته‌اید. یک آزمایش خون دیگر در مرحله‌ی بعد انجام میشود تا تعیین کند که آیا همچنان این ویروس در بدن تان هست و آیا امکان سرایت آن به دیگران وجود دارد.

در حدود یک نفر از هر 4 نفری که بیمار شده‌اند، به طور طبیعی ویروس از بدنشان خارج شده و سلامتی‌شان را به دست آورده‌اند. در حالی که 75% باقی مانده به زندگی‌شان با یک عفونت مزمن ادامه می‌دهند. تقریباً 15 تا 25 درصد افرادی که با عفونت مزمن زندگی می‌کنند در طول چند دهه ممکن است دچار بیماری کبدی جدی شوند، از جمله نارسایی کبدی و سرطان کبد، و ممکن است نیاز به پیوند کبد پیدا کنند.

ویروس هپاتیت سی چگونه منتشر می‌شود؟

عفونت HCV معمولاً به وسیله‌ی تماس خونی با خون آلوده به ویروس پخش می‌شود. انتقال ویروس از راههای زیر امکان پذیر است:

- به اشتراک گذاشتن وسایل استنشاق، دود کشیدن یا تزریق مواد مخدر، مثل سوزن و سرنگ، نی یا پیپ / قلیان با فردی که ویروس در بدنش وجود دارد
- قرار گرفتن در معرض خون یا فرآورده‌های خونی، از جمله انتقال خون یا فرآورده خونی در کشورهایی که خون ذخیره شده مورد آزمایش HCV واقع نمی‌شود. در کانادا، این مورد شامل کسانی می‌شود که قبل از 1992 خون یا فرآورده‌های خونی دریافت کرده‌اند
- فرو رفتن تصادفی سوزن یا سرنگ استفاده شده توسط فرد حامل ویروس هپاتیت سی به بدن فرد سالم
- از مادر به بچه قبل یا در زمان زایمان (حدود 5 درصد دفعات)

- استفاده از پیرسینگهای پوست مثل خالکوبی، پیرسینگ بدن، طب سوزنی با الکترولیز، در صورتی که تجهیزات به کار رفته آلوده به ویروس باشند.

سایر روشهای کمتر رایج گسترش HCV عبارتند از:

- رابطه جنسی، به ویژه اگر خونریزی یا زخم باز وجود داشته باشد
- استفاده مشترک از مسواک، نخ دندان، تیغ اصلاح، ناخن گیر یا هر وسیله‌ی مشترک دیگر که ممکن است به قطرات ریز خون آلوده باشد

احتمال اندکی برای خطر گسترش ویروس از طریق سایر مایعات بدن مثل مایع منی و یا ترشحات واژن وجود دارد. این احتمال وقتی که خون با این ترشحات مخلوط شده باشد افزایش می‌یابد.

هیچ واکسنی برای جلوگیری از مبتلا شدن افراد به عفونت HCV وجود ندارد

ویروس هپاتیت سی از چه راه‌هایی منتقل نمی‌شود؟

گسترش HCV از راه‌های زیر به اثبات نرسیده است:

- تماس گاه به گاه، مثلا در محیط دفتر کار
- سرفه و عطسه
- تماس جسمی مثل بوسیدن و بغل کردن
- استفاده مشترک از بشقاب یا کارد و چنگال
- شناکردن در استخر با آب کلر دار همراه با زخم و جراحت روی بدن یا در دوران قاعدگی
- نیش زدگی یا گزیده شدن توسط حشراتی که قبلاً فرد (بیمار) دیگری را نیش زده یا گزیده
- تماس پوست سالم با مایعات بدن فرد حامل ویروس مثل بزاق، ادرار، مدفوع و یا استفراغ

اگر HCV دارید، شیردهی از طریق پستان/سینه امن است، مگر اینکه نوک پستان و/یا هاله پستان مادر ترک خورده یا خونریزی داشته باشد. در چنین حالتی، مادر باید شیر را بدوشت و دور بریزد. هنگامی که ترک خوردگی یا خونریزی نوک پستان بهبودی پیدا کند، می‌توانید شیردهی از راه پستان به نوزاد را دوباره از سر بگیرید.

اگر بدنم با یک سوزن مصرف شده خراشیده شد چه کاری باید انجام بدهم؟

اگر خودتان را با یک سوزن آلوده خراشیدید می‌توانید این کارها را انجام بدهید:

- در صورت امکان، ناحیه‌ی مجروح را پایین تر از قلب تان نگه دارید تا خونریزی بیشتر شود
- ناحیه را با آب و صابون خوب بشویید
- برای مراقبت بیشتر بی‌درنگ به بخش اورژانس بیمارستان مراجعه کنید

آیا بیماری هپاتیت سی درمان‌پذیر است؟

آری. بیماری هپاتیت سی درمان‌پذیر است. بیمه‌ی درمانی فارماکر بی‌سی داروهای جدید بسیار مؤثر برای درمان هپاتیت سی را پوشش می‌دهد. این داروها عوارض جانبی کمی دارند و استفاده از آنها از داروهای قدیمی‌تر آسان‌تر است (نیازی به تزریق ندارند). بیشتر بیماران در مدت 8 تا 12 هفته از بیماری هپاتیت سی درمان می‌شوند.

اگر هپاتیت مزمن دارید، باید به طور مرتب مراقبتگر بهداشتی خود را ببینید. در هنگام مراجعه، ممکن است معاینه‌ی جسمی و سایر آزمایشها انجام دهید (مانند آزمایش خون، فیبروسکن یا سونوگرافی) تا عملکرد کبد شما را بررسی کنند. همچنین ممکن است برای آزمایش بیشتر به متخصص ارجاع داده شوید. درمان زود هنگام می‌تواند از تبدیل عفونت به بیماری جدی جلوگیری کند.

برای پیشگیری بیشتر از بیماری کبد، می‌بایست از مصرف الکل خودداری کنید و اقدامهایی برای جلوگیری از ابتلا به سایر عفونتهایی انجام دهید که می‌توانند بر کبد اثر بگذارند (از جمله ویروس نارسایی ایمنی انسانی (اچ‌آی‌وی)، هپاتیت ب و هپاتیت آ).

اگر مبتلا به هپاتیت سی باشم، آیا می‌توانم در مقابل سایر بیماری‌ها حفاظت داشته باشم؟

آری. شما می‌توانید واکسنهایی که شما را در برابر هپاتیت آ، هپاتیت ب، سینه پهلو و آنفلوآنزا محافظت می‌کنند دریافت کنید. اگر بیماری هپاتیت سی دارید، این واکسن‌ها را به رایگان دریافت می‌کنید. شما می‌توانید این واکسن‌ها را از اداره‌ی بهداشت محل یا مراقبتگر بهداشتی خودتان دریافت کنید.

برای آگاهی بیشتر

برای آگاهی بیشتر، این پرونده‌های هلت‌لینک‌بی‌سی را ببینید:

- [HealthLinkBC File #12d](#) واکسن آنفلوآنزای غیر فعال
- [HealthLinkBC File #25a](#) واکسن هپاتیت ب
- [HealthLinkBC File #33](#) واکسن هپاتیت آ
- [HealthLinkBC File #40b](#) زندگی سالم با وجود ابتال به ویروس هپاتیت ث
- [HealthLinkBC File #62b](#) واکسن پلی‌ساکارید پینوموکوکی
- [HealthLinkBC File #102a](#) شناخت زیان‌کاهی: مصرف مواد مخدر
- [HealthLinkBC File #102b](#) زیان‌کاهی برای خانواده‌ها و مراقبت‌کنندگان
- [HealthLinkBC File #118](#) نالوکسوان: درمان اوردوز مواد مخدر

برای آگاهی بیشتر در باره هپاتیت سی، از وبسایت آموزش هپاتیت در کانادا دیدن کنید: <https://hepatitiseducation.med.ubc.ca/>



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

برای دیگر پرونده‌های آگاهی‌رسانی هلت‌لینک‌بی‌سی، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca/healthfiles، یا واحد بهداشت همگانی محل خود دیدن کنید. برای دریافت اطلاعات و راهنمایی‌های بهداشتی غیر اورژانسی در بی‌سی، از وبسایت www.HealthLinkBC.ca دیدن کنید یا با شماره 1-8-1-8 (به رایگان) تماس بگیرید. برای کمک به ناشنویان یا کم‌شنوایان، با 1-7-1-7 تماس بگیرید. در صورت درخواست، خدمات ترجمه به بیش از 130 زبان ارائه می‌گردد.