

## عفونت ویروسی هپاتیت ب Hepatitis B Virus Infection

### عفونت ویروسی هپاتیت ب چیست؟

هپاتیت ب یک بیماری کبد است که توسط ویروس هپاتیت ب (HBV) ایجاد می‌شود.

### علائم و نشانه‌های این بیماری چیست؟

پس از ورود ویروس به بدن شما، ممکن است هفته‌ها تا ماه‌ها طول بکشد تا علائم یا نشانه‌های بیماری پدیدار شوند. علائم عفونت HBV ممکن است شامل خستگی، تب، تهوع و استفراغ، از دست دادن اشتها، ناراحتی در قسمت سمت راست بالای شکم، ادرار تیره، مدفوع با رنگ روشن، درد مفاصل و یرقان (زردی پوست و چشم) باشد.

بسیاری از افرادی که به هپاتیت ب مبتلا می‌شوند هیچ علامتی نشان نمی‌دهند و ممکن است ندانند که به این بیماری مبتلا هستند.

### عفونت ویروسی هپاتیت ب چقدر شایع است؟

در نتیجه برنامه‌های منظم واکسیناسیون نوزادان، دانش‌آموزان و بزرگسالان در معرض خطر بالا در بریتیش کلمبیا، تعداد موارد جدید عفونت HBV بسیار اندک است.

اکثر موارد عفونت مزمن (دراز مدت) HBV در افرادی رخ می‌دهد که در کشورهایی با آمار بالای عفونت HBV به دنیا آمده‌اند. به عنوان مثال می‌توان به بعضی از مناطق آسیا، آفریقا، آمریکای جنوبی و دریای کارائیب اشاره کرد.

### عفونت ویروسی هپاتیت ب چگونه گسترش می‌یابد؟

HBV از طریق تماس با خون و سایر مایعات بدن فرد مبتلا به عفونت ناشی از HBV منتقل می‌شود. خون، منی و مایع واژن حاوی بیشترین میزان ویروس هستند. انتقال می‌تواند به شیوه‌های زیر روی دهد:

- استفاده مشترک از لوازمی که امکان دارد به خون آلوده شده باشند مانند مسواک، نخ دندان، تیغ اصلاح
- تماس جنسی با فردی که مبتلا به HBV است
- استفاده مشترک از لوازم استنشاق کردن، دود کردن یا تزریق مواد مخدر با فردی که مبتلا به HBV است. به عنوان مثال می‌توان به نی، پیپ، قاشق، کوکر و سوزن اشاره کرد
- در طول دوران بارداری به نوزاد، قبل یا حین زایمان

HBV به این روش‌های منتقل نمی‌شود:

- بوسیدن، در آغوش گرفتن یا گرفتن دست
- استفاده از یک ظرف یا کارد و چنگال یا به اشتراک گذاشتن وعده‌های غذایی با فرد مبتلا به عفونت HBV
- سرفه یا عطسه
- از طریق آب یا غذا

### اگر من در معرض ویروس هپاتیت ب قرار گرفته باشم، باید چه کنم؟

هر چه سریعتر به مراقبتگر بهداشتی خود مراجعه کنید. اگر سری واکسن هپاتیت ب را تکمیل نکرده‌اید یا قبلاً دچار عفونت HBV نشده‌اید، ممکن است واکسن ایمونوگلوبولین هپاتیت ب (HBIG) و/یا واکسن هپاتیت ب توصیه شود.

اگر HBIG توصیه شود، در صورتی بهترین کارایی را دارد که در اسرع وقت و در بهترین حالت تا 48 ساعت پس از قرار گرفتن در معرض ویروس تجویز و تزریق شود. بسته به نوع قرار گرفتن در معرض ویروس، HBIG ممکن است تا 14 روز پس از مواجهه با ویروس داده شود.

### چگونه می‌توانم تشخیص دهم که به عفونت ویروسی هپاتیت ب مبتلا هستم؟

مراقبتگر بهداشتی شما برای بررسی اینکه آیا به عفونت HBV جدید دچار شدید یا قبلاً به HBV آلوده شده‌اید، می‌تواند دستور انجام آزمایش خون دهد.

امکان دارد 4 تا 12 هفته پس از قرار گرفتن در معرض ویروس طول بکشد تا آزمایش خون نشان دهد که آیا به HBV آلوده شده‌اید یا خیر. تا زمانی که پزشکتان آلوده نبودن شما را تایید نکرده، ممکن است باعث گسترش عفونت HBV شوید. برای اطلاع از نحوه جلوگیری از گسترش HBV، مطلب «اگر عفونت HBV دارم باید چه کار کنم؟» را در ادامه ببینید.

اکثر بزرگسالانی که به این ویروس آلوده می‌شوند، آن را ظرف 6 ماه از بین می‌برند و به طور کامل بهبود می‌یابند. به این حالت عفونت حاد HBV گفته می‌شود.

کمتر از 5 درصد از بزرگسالان سالم به عفونت مزمن HBV مبتلا خواهند شد. اکثر نوزادانی که در بدو تولد آلوده می‌شوند، دچار عفونت مزمن خواهند شد. افراد مبتلا به عفونت مزمن HBV، می‌توانند آن را به دیگران منتقل کنند. این عفونت طولانی مدت ممکن است منجر به زخم کبد شود،

که سیروز نام دارد، که این عارضه می‌تواند به نارسایی کبد و/یا سرطان در تعداد کمی از افراد بیانجامد.

### اگر دچار عفونت ویروسی هپاتیت ب باشم، باید چه کنم؟

اگر به عفونت HBV دچار هستید، مهم است که به هر کسی که در معرض خون یا مایعات بدن شما قرار گرفته اطلاع دهید که به عفونت HBV مبتلا شده‌اید؛ از جمله به اعضای خانواده، افرادی که با آنها تماس جنسی داشتید یا هرکسی که ممکن است تجهیزات مصرف مواد مخدر را به طور مشترک با آنها استفاده کرده باشید. با توجه به نوع در معرض قرار گرفتن و سابقه واکسیناسیون، ممکن است نیاز به آزمایش خون و واکسن HBIg و/یا واکسن هپاتیت ب داشته باشند.

هیچ درمانی برای عفونت مزمن HBV وجود ندارد، اما درمانی وجود دارد که می‌تواند خطر عوارض جدی مانند آسیب به کبد شما را کاهش دهد. مراجعه مرتب به مراقبتگر بهداشتی‌تان، می‌تواند نحوه عملکرد کبد شما را مشخص کند و نشان دهد که آیا نیاز به درمان دارید یا خیر. برای بررسی هپاتیت سی و عفونت HIV درخواست آزمایش خون کنید. همچنین واکسن‌هایی را بخواهید که از شما در برابر هپاتیت آ، بیماری پنوموکوک و آنفولانزا محافظت کنند.

### چگونه می‌توانم از انتشار ویروس هپاتیت ب جلوگیری کنم؟

واکسن‌هایی برای جلوگیری از ابتلا به عفونت HBV وجود دارد. واکسن هپاتیت ب برای طیف وسیعی از افراد در بریتیش کلمبیا توصیه و به رایگان ارائه می‌شود، از جمله نوزادان، افرادی که در معرض خطر ابتلا به عفونت یا بیماری جدی هستند، و متولدین سال 1980 یا بعد از آن. با مراقبتگر بهداشتی خود مشورت کنید تا ببینید آیا واجد شرایط دریافت واکسن رایگان هپاتیت ب هستید یا خیر.

برای اطلاعات بیشتر در مورد واکسن هپاتیت ب، به مطلب [HealthLinkBC File #25a واکسن هپاتیت ب](#) مراجعه کنید.

اگر به HBV مبتلا هستید، با انجام کارهای زیر می‌توانید احتمال انتقال این ویروس را به دیگران کاهش دهید:

- اگر باردار هستید با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید، چون خطر انتقال ویروس به فرزندتان شما وجود دارد. با

دادن HBIg به نوزاد و اولین دوز سری واکسن هپاتیت ب در بدو تولد، می‌توان ریسک ابتلا به این عفونت را به شدت کاهش داد. ممکن است پیش از زایمان داروهای ضد ویروسی برای شما توصیه شود تا خطر انتقال ویروس به فرزندتان کاهش یابد.

- از وسایل استنشاق، دود کردن یا تزریق مواد مخدر به صورت مشترک استفاده نکنید؛ مانند نی، پیپ، قاشق، کوکر و سوزن.
- موقع فعالیت جنسی از کاندوم استفاده کنید
- از اهدای خون، مایع منی، اندام‌ها یا بافت‌های بدن خودداری کنید
- از تیغ اصلاح، مسواک، نخ دندان، سوهان ناخن یا سایر وسایل مراقبت شخصی یا وسایل پزشکی که ممکن است مقادیر کمی خون روی آنها وجود داشته باشد به صورت مشترک استفاده نکنید.
- پانسمان روی تمام بریدگی‌ها و زخم‌ها را تا زمان بهبودی بسته نگه دارید
- هر وسیله‌ای را که با مایعات بدن شما در تماس است به درستی استریل کنید؛ مانند وسایلی که برای خالکوبی یا پیرسینگ استفاده می‌شود.
- از محلول سفید کننده برای تمیز کردن قسمت‌هایی از خانه یا وسایل شخصی خود استفاده کنید که ممکن است به خون آلوده شده باشند. 9 واحد آب را با 1 واحد سفید کننده مخلوط کنید

### برای کسب اطلاعات بیشتر

- [HealthLinkBC File #25b ایمن گلوبولین هپاتیت ب](#)
- [HealthLinkBC File #25c واکسن هپاتیت ب برای نوزاد](#)
- [HealthLinkBC File #25d حفاظت از نوزادان در برابر هپاتیت ب در هنگام تولد](#)
- [HealthLinkBC File #40d زندگی سالم همراه با عفونت ویروس هپاتیت ب](#)
- [HealthLinkBC File #97 تماس با خون یا مایعات بدنی: پیشگیری از عفونت](#)



BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority