

یک عفونت ویروسی است که باعث التهاب کبد می شود. دوره ی نهفتگی آن 15 الی 60 روز می باشد از آنجائیکه این نوع هیپاتیت نه هیپاتیت آ است و نه ب به همین دلیل، به ان هیپاتیت NonA nonB یا هیپاتیت سی می گویند.

علائم:

این بیماری ممکن است بدون علامت باشد، در موارد حاد بیماری علائم شامل: بی اشتها، خستگی مفرط، تهوع، استفراغ، درد شکم (سمت راست زیردنده ها)، تیره شدن ادرار، کم رنگ شدن مدفوع، زردی پوست، تب و درد مفاصل است.

افراد در معرض خطر:

- معتاین به مواد مخدر تزریقی.
- دریافت کنندگان خون و فراورده های خونی شامل: افراد مبتلا به تالاسمی و هموفیلی.

افراد دیالیزی:

- کارکنان مراقبت های بهداشتی و درمانی و کارکنان آزمایشگاه.
- نوزادان ممتولد شده از مادران عفونی با این ویروس
- در مواردی داشتن رابطه ی جنسی با شریک یا شرکای جنسی آلوده

راه های انتقال:

- در بین معتادین به مواد مخدر تزریقی، به دلیل استفاده از سرنگ مشترک و غیر مشترک
- انتقال از طریق خالکوبی، تتو، حجامت و سرواخ کردن گوش.
- انتقال خود آلوده یا تماس خون آلوده با پوست زخمی یا مخاط (مثل چشم و دهان)
- انتقال از مادر به جنین

پیشگیری:

پیشگیری در این نوع هیپاتیت رعایت بهداشت فردی می باشد:

- کارکنان مراکز بهداشتی در مواقع لازم از وسایل حفاظتی مانند: دسکش، گان و عینک استفاده کنند و خود را در برابر هیپاتیت ب واکسینه نمایند.
- به معتادین تزریقی توصیه می شود حتما در هر بار تزریق از وسایل تزریقی نو و استریل استفاده کنند.
- از مصرف مشترک وسایلی مانند ریش تراش، تیغ، مسواک، ناخن گیر و موچین بپرهیزید.
- از بی بند و باری جنسی بپرهیز و در صورت تماس جنسی نامطمئن، از کاندوم استفاده شود.
- در حد امکان از خالکوبی، تتو و حجامت خودداری کنید.
- نکات استریل را در موقع سرواخ کردن گوش رعایت نمایید و جهت سرواخ کردن آن به مراکز بهداشتی مطمئن مراجعه کنید.

توجه: هیپاتیت سی واکسن ندارد.

درمان :

استراحت :

در طی روز دوره های متناوب استراحت داشته باشید . و از فعالیتهای شدید و پر استرس خودداری کنید.

رژیم غذایی :

در موارد حاد بیماری ، غذای پرکربوهیدرات و کم پروتئین و سپس مواد غذایی مقوی مثل :گوشت ، مرغ ، ماهی ، تخم مرغ ، لبنیات ، حبوبات ، غلات ، انواع میوه ها ، سبزیجات تازه ، آجیل و مغز دانه ها را مصرف کنید.

❑ توصیه می شود از مصرف الکل ، غذاهای سرخ کردنی ، لبنیات پرچرب، غذاهای آماده ، کالباس ، سوسیس، شکلات و کیک خودداری کنید.

طبق توصیه ی پزشک ، مایعات فراوان مصرف کنید.

در صورت داشتن تهوع و استفراغ غذا را درحجم کم و به دفعات بیشتر مصرف کنید.

توصیه در هنگام مصرف دارو:

از مصرف داروهایی با دفع کبدی مانند : آستامینوفن بدون تجویز پزشک خودداری کنید.

پیگیری درمان :

در صورت شروع درمان جهت انجام معاینات دوره ای و آزمایش، طبق زمانبندی تعیین شده به پزشک خود مراجعه کنید.

در صورت بروز علائم مانند تهوع مداوم، استفراغ، زردی ، تغییر در سطح هوشیاری ، کبودی غیرطبیعی ، خونریزی طولانی مدت ، تورم شکمی ، افزایش وزن و خونریزی از محل های غیر طبیعی (شامل خون در ادرار، مدفوع سیاه رنگ و خونریزی از زخم) به پزشک خود اطلاع دهید.

مراقبت های لازم جهت پیشگیری از انتقال ویروس به دیگران:

- در صورت آغشته شدن لباسها و ملحفه ها به خون و ترشحات بدن ، آنها جداگانه با آب داغ بشویید.
- هرگز خون اهدا نکنید.
- از بی بند و باری جنسی بپرهیزید.
- تا حد امکان از تزریقات زیر جلدی و عضلانی پرهیز نمایید
- زنان شیرده ی مبتلا، باید نوک سینه ها را قبل از هر باز شیردهی بررسی کنند ، در صورت ترک و خونریزی در نوک سینه ها ، شیردهی به طور موقت قطع شده و همه شیر دوشیده و دور ریخته شود.
- معتادان تزریقی مبتلا حتماً از سوزن و سرنگ استریل و وسایل شخصی خود مانند :ریش تراش ، موچین ، مسواک و تیغ جداگانه استفاده کنند.
- بریدگی ها و زخمها را با پانسمان مناسب بپوشانید..
- جهت رعایت احتیاطات لازم در صورت مراجعه به مراکز پزشکی ، دندانپزشکی و آزمایشگاه، پرسنل را از وضعیت خود آگاه سازید.