

Arabic

Hepatitis Fact Sheet

for people
newly diagnosed

نشرة معلومات عن هباتايتس ب
للأشخاص الذين تم تشخيص
المرض لديهم حديثاً



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

وقد يكون من المفيد أخذ هذه النشرة لبحثها مع طبيبك

لمعرفة المزيد من المعلومات اتصل بـ:

◀ هباتايتس أستراليا

الهاتف: 1300 437222

(خط معلومات وطني يتحول إلى الولاية/المقاطعة المحلية)

www.hepatitisaustralia.com

خط المساعدة التابع لمجلس السرطان 13 11 20 أو تفقد الموقع:

<http://www.cancer.org.au/Home.htm>

الجمعية الأسترالية لأدوية فيروس نقص المناعة المكتسبة (HIV)

www.ashm.org.au

◀ الجمعية الأسترالية لطب المعدة والأمعاء

www.gesa.org.au/leaflets.cfm

◀ الاتحاد الوطني الخاص بهباتايتس ب

راجع 'Resources-Patients' (موارد للمرضى) في الموقع:

www.alliance.hepatitis.org.au

تم إعداد هذه النشرة بالتعاون بين الجمعية الأسترالية لأدوية فيروس نقص
المناعة المكتسبة (HIV) ومجلس السرطان في نيو ساوث ويلز.

بتمويل من دائرة الصحة في نيو ساوث ويلز.



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

Australasian Society for HIV Medicine
Locked Mail Bag 5057 Darlinghurst NSW 1300

هاتف: 02 8204 0700

فاكس: 02 9212 2671

بريد إلكتروني: ashm@ashm.org.au

ISBN: 978-1-920773-83-0

© Australasian Society for HIV Medicine 2010
ABN: 48 264 545 457

صدرت في شباط/فبراير 2010

أعيد طبعها في حزيران/يونيو 2010

يمكن طبع نشرة المعلومات هذه أو طلب مزيد من النسخ عنها من:
www.ashm.org.au/publications

تجنّب انتشار هباتايتس ب

يمكن الوقاية من عدوى هباتايتس ب، شأنها في ذلك شأن معظم الأمراض
المعدية. فيما يلي بعض الطرق لتجنّب انتشار عدوى هباتايتس ب:

- ◀ إعطاء لقاح هباتايتس ب لجميع المعرضين لإمكانية العدوى
- ◀ ضمان تلقيح الأشخاص الذين على اتصال لصيق بأفراد مصابين بالعدوى
- ◀ تجنّب لمس دم أي شخص آخر
- ◀ عدم مشاركة أية معدات للحقن (هذا بالنسبة للأشخاص الذين يحقنون المخدرات)
- ◀ عدم مشاركة معدات الهندام الشخصية مثل فراشي الأسنان أو شفرات الحلاقة أو مقصات الأظافر.
- ◀ إذا كنت مصاباً بالعدوى، عليك عدم التبرّع بالدم أو الحيوانات المنوية
- ◀ ممارسة الجنس المأمون (باستخدام عازل مطاطي)
- ◀ الحصول على المشورة من طبيبك العام إذا كان عمك يتضمّن احتمال تعرّض الدم للغير

العلاج والإدارة

يتوفر عدد من اختبارات الدم لتشخيص عدوى هباتايتس ب ومراقبة تطورها.

ناقش هذه الاختبارات مع طبيبك العام أو اختصاصي أمراض الكبد.

يوصى بأن يطلب المصابون بعدوى هباتايتس ب المشورة من أحد الأطباء
العامين بخصوص خيارات العلاج. سيحدد طبيبك العام الخطوات الواجب
اتخاذها تبعاً لأعراضك ومرحلة العدوى. وقد تشمل هذه الخطوات اختبارات
منتظمة و/أو أدوية مضادة للفيروس.

نصائح حول نمط الحياة للأشخاص المصابين بالعدوى

- ◀ تناول أطعمة صحية حسنة التوازن
- ◀ قلّل من شرب الكحول
- ◀ خفّف التدخين أو توقّف عنه، وهذا أفضل
- ◀ قبل أخذ أدوية بديلة ابحث الأمر دائماً مع طبيبك الاختصاصي وطبيبك العام لأن بعض هذه الأدوية قد تضرّ كبدك

ما هو هباتايتس ب؟

هباتايتس كلمة تعني التهاب الكبد. وهو ينجم غالباً عن عدوى بفيروس مثل فيروس هباتايتس ب. عندما يدخل فيروس هباتايتس ب الجسم فإنه ينتقل إلى الكبد حيث يعيش ويتكاثر. ومن سوء الحظ أن محاولة القضاء على الفيروس هي التي تسبب معظم الالتهابات وتتلّف الكبد.

أما تأثير عدوى هباتايتس ب فيتوقف على سن الشخص عند إصابته بالعدوى. فالأطفال الصغار المصابون بعدوى هباتايتس ب تنشأ لديهم دائماً تقريباً عدوى طويلة الأمد (مزمنة)، أما الأشخاص الذين يصابون بالعدوى في سن الرشد فتكون نسبة إمكانية التخلّص من الفيروس في أجسامهم ٩٥٪.

لا تظهر أعراض لدى الكثير من المصابين بهباتايتس ب وبالتالي لا يدركون أنهم التقطوا عدوى الفيروس. لكن البعض الآخر قد يشعرون بالتعب والغثيان (الشعور بأنهم على وشك التقيؤ) واليرقان (صفرة العينين والجلد)، غير أنه نادراً ما تظهر أعراض العدوى على الأطفال الصغار. يظهر اليرقان على حوالي ٥٠٪ من المراهقين والراشدين عند أول إصابتهم بالعدوى، وهذا ما يسمّى هباتايتس ب الحاد.

هباتايتس ب المزمن

يتم تشخيص الإصابة بهباتايتس ب المزمن إذا مضى على التقاط العدوى بالفيروس أكثر من ٦ أشهر (ويتم تأكيد التشخيص باختبارات للدم).

ينشأ هباتايتس ب المزمن في حوالي ٥٪ من الراشدين وبعض الأطفال ومعظم الأطفال الصغار الذين يلتقطون العدوى.

والأشخاص المصابون بهباتايتس ب المزمن يُحتمل أن تظل العدوى لديهم مدى الحياة، ومع أنهم يظلون عموماً بصحة جيدة فإنه تزداد إمكانية نشوء مضاعفات لديهم مثل تليّف (أي تندّب) الكبد وسرطان الكبد.

والمهم في الأمر أن المصابين بالتهاب الكبد ب يُحتمل أن ينقلوا العدوى إلى سواهم إلا إذا اتبعوا بعض التدابير الاحترازية البسيطة.

كيف ينتشر هباتايتس ب؟

ينتشر هباتايتس ب عندما يدخل دم شخص مصاب بالعدوى أو أحد سوائل جسمه الأخرى (مثل اللعاب وحليب الثدي والسائل المنوي والسوائل المهبلية) إلى جسم شخص معرّض لإمكانية التقاط العدوى. يمكن أن ينتشر هباتايتس ب بالطرق التالية:

- يمكن أن تنقل المرأة الحامل المصابة بعدوى هباتايتس ب هذه العدوى إلى طفلها
- ممارسة الجنس مهلبياً أو شرجياً أو فموياً بدون عازل مطاطي
- إعادة استعمال الإبر والمحاقن ومعدات الحقن الأخرى
- الوشم أو ثقب الجسم
- مشاركة شخص مصاب بالعدوى في استخدام فراشي الأسنان أو شفرات الحلاقة أو مقصات الأظافر
- نقل الدم (يندر حصول العدوى بهذه الطريقة في أستراليا)
- الإصابة العرّضية بوخز إبرة أو ترشّش دماء أو سوائل جسم أخرى تحمل العدوى
- أنواع الرياضة التي تتضمنّ للمس إذا أدّت الإصابات إلى لمس دم يحمل العدوى

أعراض العدوى

لا تظهر على كثير من الأشخاص الذين لديهم فيروس هباتايتس ب أية أعراض. إلا أن الالتهاب الحاد قد يؤدي إلى الأعراض التالية:

- فقدان الشهية
- الغثيان والتقيؤ
- التعب
- اليرقان (صفرة العينين والجلد)
- ألم في البطن (منطقة المعدة)
- وجع في العضلات والمفاصل

من الذين يجب أن يتلقوا التلقيح ضد هباتايتس ب؟

يشمل هؤلاء الأشخاص:

- جميع الأطفال الصغار والأكبر سناً
- المهاجرين المولودين في بلاد ترتفع فيها معدلات الإصابة بعدوى هباتايتس ب (مثل جنوب شرق آسيا وجزر المحيط الهادئ وأوروبا الجنوبية والشرقية وأفريقيا)
- الباقعين بين سن ١٠ سنوات و١٣ سنة (إذا لم يكونوا تلقّحوا سابقاً)
- الأشخاص الموجودين في منزل به شخص مصاب بالتهاب هباتايتس حاد ومزمن
- الشركاء النشطاء جنسياً لأفراد مصابين بالعدوى
- الأشخاص الذين يتلقّون منتجات دم
- العاملين في مجال الرعاية الصحية وخدمات الطوارئ
- الرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال (MSM)
- الأشخاص الذين يتعاطون المخدرات عبر الوريد (IDU)

هل عليّ أن أخبر الآخرين؟

إن نتيجة الاختبار الذي يُجرى لك بخصوص هباتايتس ب أمر شخصي. وليس عليك أن تخبر أي شخص آخر على الفور، لكن عليك اتخاذ الاحتياطات المفصلة أدناه لمنع انتشار العدوى.

ومن المستحسن إخبار شركائك الجنسيين والأشخاص الذين معك في المنزل لكي يتم اختبارهم وتلقيحهم.

إذا كنت تعمل في مجال الرعاية الصحية يجب ألا تقوم بأية إجراءات «يمكن أن تؤدي إلى التعريض» (راجع خدمات المؤازرة في هذه النشرة للاطلاع على مزيد من المعلومات). وإذا كنت في القوات المسلّحة يجب عليك الإفصاح.