

## مراکزی که میزان شیوع بالاتر است؟

➤ مهد های کودک، اولین نقطه حمله هستند!



➤ استفاده از کود انسانی و آب آلوده



➤ مکانهای عمومی شلوغ مانند: سربازخانه ها، استخرها، مراکز نگهداری معلولین، رستوران ها و مراکز طبخ غیربهداشتی



➤ مسافرت به کشورهای آلوده

➤ تهوع و درد شکم

➤ ادرار تیره رنگ

➤ رنگ مدفوع خاکستری

➤ تب و ضعف

➤ دوره کمون ۱۵ تا ۵۰ روز ممکن است طول بکشد

➤ در مواردی آنسفالوپاتی (اسیب بافت مغز)، نارسائی کلیه و

➤ عود مکرر علائم بیماری نیز به چشم می خورد.

## تشخیص

➤ معاینه بالینی، آزمایش خون، آزمایش های تشخیصی

➤ کبد، سونوگرافی

## راههای انتقال بیماری هپاتیت A؟

### راه انتقال هپاتیت A دهانی - مدفوعی

ویروس پس از تکثیر در کبد از طریق صفرا به مدفوع منتقل

می شود و به مدت ۱ تا ۳ هفته قبل از شروع بیماری و

یک هفته یا بیشتر در زمان بیماری در مدفوع یافت

می گردد. بنابراین در خلال این مدت احتمال انتقال

ویروس وجود دارد.

➤ آلودگی مواد غذایی با مدفوع

➤ نوشیدن آب آلوده، یخ و شیر آلوده

➤ انتقال از طریق تماس به سایر افراد

➤ معتادین

➤ دریافت کنندگان فاکتورهای انعقادی

هپاتیت به معنای التهاب بافت کبد در اثر عوامل مختلفی چون ویروسها، داروها، مواد سمی و... میباشد.

➤ ویروس از راه دهان و همراه با آب و مواد غذایی آلوده وارد روده میشود و در سلولها تکثیر شده و سپس به سلول های کبدی رفته و در آن تکثیر می شوند.

➤ تکثیر ویروس سبب ورم کبد (هپاتیت) و اختلال عملکرد آن می شود. پس از اینکه کیسه صفرا هم آلوده شد، ویروس از طریق ترشحات مجاری صفراوی وارد روده شده و همراه مدفوع به محیط خارج دفع میگردد.

## هپاتیت A چه علائمی دارد؟

➤ این بیماری در کودکان زیر ۶ سال معمولاً بدون علامت است و بایک سرماخوردگی ساده اشتباه گرفته میشود.

➤ احساس خستگی و سردرد

➤ چشم های کهربایی و پوست و مخاط زرد رنگ



➤ حالت تهوع و استفراغ

➤ درد ناحیه شکم و کبد





یامن اسمہ دواء و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

## هپاتیت A



کد محتوا: ۱۴۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

- اگر حالت تهوع داشتید، سعی کنید دفعات غذا خوردن را زیاد کنید و هر دفعه مقدار کمی غذا مصرف کنید.
- برای حفظ آب بدن باید آب، آبمیوه و نوشیدنی بنوشید.
- از انجام ورزش های شدید دوری کنید تا حالتان بهتر شود

➤ **(معمولاً شخص پس از یکبار آلوده شدن به این ویروس تا آخر عمر نسبت به ابتلاء مجدد ایمنی پیدا میکند.)**

- مراجعه به پزشک خصوصا در مورد زنان باردار، مبتلایان به دیابت و بیماران مسن و بیماران مبتلا به نارسایی کبد.
- استراحت، عدم فعالیت بدنی شدید



- نوشیدن آب فراوان و استفاده از میوه های تازه
- عدم نوشیدن مشروبات الکلی
- استفاده از کرم های نرم کننده و استفاده از لباس های راحت و نخی
- زندگی با این افراد، مثل زندگی با یک فرد عادی است با این تفاوت که در صورت رعایت نکردن نکات ساده شانس انتقال بیماری وجود دارد.

تهیه کننده: رضیه اکبری "کارشناس ارشد پرستاری"  
 منبع: راهنمای جامع نظام مراقبت های بیمارهای واگیر وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی معاونت بهداشت ۱۳۹۱ زیر نظر دکتر گویا

مشاور علمی: دکتر میدانی "متخصص بیماریهای عفونی"  
 طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) مرداد ۱۳۹۹"

## راه های پیشگیری

- شستن دست ها بعد از رفتن به دستشویی، قبل از آماده کردن غذا و قبل از خوردن غذا



- نوشیدن آب بهداشتی سالم



- رعایت بهداشت صحیح در پخت و پز
- واکسیناسیون



- عدم استفاده مشترک از وسایل خصوصی بیمار مانند مسواک حوله و..
- کودکان بیمار از تماس نزدیک با همبازیهای خود در هفته اول بیماری خودداری نمایند.

## جهت درمان هپاتیت A چه باید کرد؟

- هپاتیت A معمولاً خودبه خود بهبود میابد و به سوی مزمن شدن نمی رود. بیشتر افراد مبتلا حداکثر ظرف ۶ ماه بهبود میابند و به هیچ نوع درمان دارویی احتیاج ندارد.