

## التهاب الكبد س

معلومات للمرضى وقواعد التصرف. نشرة طبيب الحماية من العدوى.

### ما هو التهاب الكبد س؟

التهاب الكبد س فيروس يصيب الكبد، وليست لهذا المرض في معظم الحالات أعراض. يمكن الشفاء من العدوى تلقائياً، غير أن معظم الحالات تصاب بالتهاب الكبد المزمن، وأحياناً الدائم. قد يصير الالتهاب خطيراً، إذا مكث لوقت طويل. لذلك، الشخص المصاب بالتهاب الكبد س، يجب عليه التواصل بشكل منتظم مع طبيبه، لأن هذا المرض غالباً ما يمكن علاجه. إن العلاج الناجح يؤدي إلى التخلص من العدوى، ورفع خطر مواصلة تضرر الكبد. إن زيارة الطبيب والعلاج المحتمل يكون مجانياً. الشفاء من عدوى التهاب الكبد س، لا يحميك من تكرار الإصابة. ليس هناك أي تلقيح ضد التهاب الكبد س.

### طرق الإصابة بالعدوى

ينتقل التهاب الكبد س عبر الدم المعدي. قد يحصل ذلك عبر حقن المخدرات التي يستعملها المدمنون أو عبر كؤوس المزج المشتركة وغيرها من المستلزمات. في حالات نادرة، قد تنتقل العدوى عبر اتصال الدم المعدي بالجلد المجروح أو الغشاء المخاطي. كان هناك خطر انتقال العدوى عبر الدم ومنتجاته في السويد قبل 1992. بدءاً من هذا التاريخ، يتم فحص كل منتجات الدم فيما يتعلق بالتهاب الكبد س، لذلك فإن خطر انتقال العدوى يعتبر الآن ضعيفاً.

إن خطر الإصابة بالعدوى عن طريق الجماع عبر المهبل هو ضعيف جداً. خطر الإصابة بالعدوى يكون عالياً، عند الممارسة الجنسية التي قد تؤدي إلى النزيف أو تضرر الغشاء المخاطي، مثل الجماع عبر الشرج، وإذا كنت أنت أو شريكك، عند الممارسة الجنسية، مصاباً بأحد الأمراض الجنسية. لذلك، من المهم أن تستعمل العازل الطبي عند الجماع مع الشريك المؤقت، أو إذا كان هناك خطر النزيف أو إصابة الغشاء المخاطي. من المعقول افتراض أن العازل الطبي النسائي فعال كذلك، غير أن هذه الطريقة لم يتم بعد تقييم نتيجتها علمياً. الأمر نفسه ينطبق على ما يسمى العازل الطبي الخاص بالمص. بالنسبة لكل هذه الطرق، يجب استعمالها طيلة الجماع والعلاقات الحميمة.

### متى لا تنتقل عدوى التهاب الكبد س؟

عدوى التهاب الكبد س لا تنتقل عبر الأحضان أو القبل أو الدموع. كما أن البراز أو البول أو القيء أو الزكام، التي لا تحمل دماءً، لا تنقل العدوى. الدم من الجلد غير المجروح هو كذلك لا ينقل العدوى.

### الأنشطة المهنية

إن عدوى التهاب الكبد س عادة ما لا تحد من أنشطتك المهنية ودراساتك.

### الحمل

خطر إصابة المرأة الحامل لطفلها ضعيف، بأقل من 5%. لذلك، فإن التهاب الكبد س، لا يمنع الحمل أو الإرضاع.

## تتبع أثر العدوى

إنه لمن المهم معرفة الذين قد يكونوا مصابين بهذه العدوى، إذ يمكنهم أن يصيبوا بها غيرهم. بالتالي، نقوم بتتبع أثر العدوى، مما يعني أنك كمصاب بالعدوى، مسؤول عن المساهمة في تتبع الأثر، ويجب عليك ذكر الأشخاص المحتمل في إصابتهم لك بالعدوى، أو الأشخاص المحتمل في إصابتك لهم. إنك ملزم بالمشاركة في تتبع أثر العدوى. لن يتم كشف هويتك للأشخاص المتصل بهم.

## نصائح النظافة الطبية التي يجب عليك اتباعها، كي لا تعدي الآخرين:

- احرص على وضع الضمادة، حتى على الجروح الصغيرة.
- إذا كان شخص آخر سيساعدك على تضميد الجرح، فيجب عليه استعمال القفازات البلاستيكية.
- غف جيداً المواد الملطخة بالدم قلا رميها.
- يجب غسل الملابس الملوثة بالدم في آلة الغسيل.
- بقع الدم على الأرضية مثلاً، يجب مسحها بالأدوات التي تستعمل مرة واحدة ثم تُرمى. نظف جيداً بعد ذلك بالماء و مواد التنظيف.

## قواعد التصرف، التي يجب عليك اتباعها، كي لا تعدي الآخرين

- يجب عليك حضور زيارات المتابعة، التي يرى طبيبك المعالج أنها ضرورية.
- يجب عليك الإخبار بأن دمك مصاب بالعدوى، عند اتصالك بالرعاية الطبية أو رعاية الأسنان.
- يجب عليك الإخبار بأن دمك معدني، إذا كنت تريد أن تضع وشماً على جلدك، أو أن تنقب أذنك، أو أن تخضع لعلاج قد يؤدي إلى نزيف الجلد، كالتنقيب على سبيل المثال.
- إذا انتقل دمك إلى شخص ما، عبر جرح على الجلد أو عبر العين أو الأنف أو الفم، يجب الغسل مباشرة بالماء. يجب عليك إخبار هذا الشخص بأن دمك مصاب بالتهاب الكبد س، وأنه يجب عليه / عليها – بأسرع ما يكون – الاتصال بمركز الرعاية أو المركز الصحي الذي يتبع له، أو بأقرب مصحة للعدوى، أو الاتصال بدليل الرعاية الصحية على الرقم 1177.
- لا تشارك الآخرين في مستلزمات الحمام، مثل موس الحلاقة أو فرشاة الأسنان أو غيرها.
- إذا كنت تستعمل المخدرات بالحقن، يجب أن تكون لديك الحقن والقنينات الخاصة بك، وألاً تترك الآخرين يستعملونها. لا يمكنك كذلك استعمال كؤوس المزج المشتركة وغيرها من المستلزمات. يجب تخزين أدوات الحقن بالطريقة التي لا تعدي الآخرين.
- لا يمكنك إعطاء الدم أو التبرع بالدمني أو البويضة أو الأعضاء أو النسيج الخاص بزراعة الأعضاء.
- إذا كان هناك خطر النزيف و/أو تضرر الخشاء المخاطي عن الجماع أو غيره من العلاقات الحميمة، فيجب عليك إخبار شريكك بأنك مصاب بالتهاب الكبد س، حتى إذا كنتم تفكرون باستعمال العازل الطبي أو العازل الطبي النسائي أو العازل الطبي الخاص بالمص.
- إذا كان هناك خطر النزيف و/أو تضرر الخشاء المخاطي عن الجماع، حيث يلج القضيب إلى المهبل أو الشرج أو الفم، يجب استعمال العازل الطبي طيلة الجماع.

إن التهاب الكبد س مرض خطير على العامة، حسب قانون الحماية من العدوى. لذلك، فأنت ملزم باتباع قواعد التصرف، التي يقدمها لك طبيبك. يمكنك أن تطلب من طبيب الحماية من العدوى بجهتك أن يعيد النظر في قواعد التصرف هذه.