



هيباتاييس بي

رغم أننا بذلنا كل الجهد لنضمن دقة المعلومات في هذا المنشور غير أنه لا يمكن لهذا المنشور أن يكون بديلاً عن مشورة الطبيب. يرجى زيارة أحد الأطباء إذا كانت لديكم أية هموم صحية. تجدون أدناه قائمة بالأماكن التي يمكنكم الحصول منها على المزيد من المعلومات.

ما هو داء هيباتاييس (بي) أي التهاب الكبد الفيروسي فئة (ب)؟

الهيباتاييس تعني مرض الكبد ومن الممكن أن يتسبب بواسطة فيروسات مثل فيروس الهيباتاييس (أ) و(ب) و(ج) و(د) و(هـ) و(ز)، والكحول وبعض المواد الكيماوية والمخدرات.

كيف تصاب بالهيباتاييس بي؟

إنّ الإصابة بعدوى التهاب الكبد الفيروسي فئة (ب) أي هيباتاييس بي هي أسهل من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV) أو الأيدز. يتم انتقال فيروس الهيباتاييس بي عن طريق الإتصال المباشر بالدم أو مشتقات الدم المصاب بالعدوى، لكن من الممكن أيضاً أن تصاب بالعدوى من خلال سوائل الجسم الأخرى بما فيها السائل المنوي والسوائل المهبلية.

يمكنك أن تصاب بعدوى الهيباتاييس بي:

- بواسطة كمية ضئيلة جداً من الدم إلى درجة أنك لا تستطيع رؤيتها.
 - بواسطة ممارسة الجنس، سواء كان الجنس المهبلي أو الفمي أو الشرجي، مع شخص مصاب بالعدوى دون استعمال الواقي الذكري المطاطي.
 - بواسطة التشارك باستخدام الإبر الحقنية وغيرها من أدوات حقن المخدرات مع شخص مصاب بالعدوى.
 - إذا كنت تعمل في وظيفة يتخللها احتمال الإتصال بالدم البشري أو السوائل الجسمية.
- إذا كنت مصابة بالهيباتاييس بي فإن طفلك سيصاب بالعدوى أيضاً أثناء الولادة أو بعدها بقليل.
- إذا كنت تشارك المنزل مع شخص يحمل العدوى فعليك أن تراعي انتبهاً خاصاً (أنظر فقرة "كيف يمكنني التقليل من خطر الإصابة بداء الهيباتاييس بي؟")
- في أستراليا ليس مرجحاً أبداً أن تصاب بالهيباتاييس بي من جراء عملية نقل دم أو زرع أعضاء.

ما هي علامات وأعراض الهيباتاييس بي؟

إن حوالي نصف الأشخاص البالغين ومعظم الأطفال المصابين بالهيباتاييس بي لا تظهر عليهم أية أعراض للمرض، كما أن بعض الأشخاص يشعرون بصحة جيدة لعدة أشهر قبل أن تظهر عليهم أعراض المرض.

تشمل الأعراض ما يلي:

- الحمى أو ارتفاع الحرارة
- تعب بالغ الشدة لعدة أسابيع أو شهور
- فقدان الشهية على الطعام والشعور بالغثيان (لعين النفس) والتقيؤ
- آلام في المفاصل
- يتحول لون العينين والجلد إلى اللون الأصفر (يرقان).



يشفى معظم البالغين كلياً، ومن غير الممكن أن يصابوا بالهيباتايٲس بي مرة أخرى.

غير أن بعض البالغين في السن ومعظم الأطفال الصغار يتحولون إلى حاملي عدوى. إنَّ حاملي العدوى في الغالب لا يشعرون أنهم مرضى لكنهم يحملون الفيروس في دمهم لسنوات عديدة. قد يصاب حاملو العدوى بأمراض كبد شديدة بما في ذلك اعتلال الكبد وسرطان الكبد، وذلك بعد مرور ٢٠ عامًا أو أكثر على إصابتهم بالهيباتايٲس بي لأول مرة. من الممكن أيضًا لحاملي العدوى أن ينقلوا العدوى لغيرهم من الناس حتى ولو كانوا يشعرون بصحة جيدة ولا يظهر عليهم أية أعراض.

كيف يمكنني معرفة ما إذا كنت مصابًا بالهيباتايٲس بي؟

بإمكان فحص الدم أن يؤكد ما إذا كان الشخص قد أصيب بداء الهيباتايٲس بي في الماضي، وما إذا كان الشخص مصابًا بعدوى مزمنة. وهناك فحوصات أخرى، مثل فحص عمل الكبد، تظهر إذا كان الكبد قد أصيب بأية أضرار.

ماذا أفعل إذا أصبت بداء الهيباتايٲس بي؟

توجه لرؤية طبيبك أو أي طبيب آخر من اختيارك في أقرب وقت ممكن إذا كنت تظن بأنك قد تكون مصابًا بالهيباتايٲس بي.

إذا تبين أنك مصاب:

- لا تتبرع بالدم ولا بأي عضو أو نسيج جسدي إذا كنت مصابًا بالهيباتايٲس بي.
- أعلم طبيبك أو طبيب أسنانك بأنك مصاب بالعدوى.
- إحرص على أن لا تدع غيرك يتعرض للإصابة عن طريق الاتصال بدمك أو بسوائل جسمك. إمسح أي سائل يسيل منك بواسطة منشفة ورقية ونظف كليًا بواسطة محاليل التنظيف والماء إلى أن تختفي جميع البقع كليًا. إذا أريقت كمية كبيرة من الدم على السجادة فقد تحتاج لغسلها بالشامبو أو للتنظيف على البخار.
- إعمل على تغطية جروحك بضمادات لا يخترقها الماء.
- إستعمل الواقي الذكري المطاطي والمزج المحلل بالماء والواقي الفموي مع كل شريك جنسي جديد ومع الشركاء الذين تنقصهم المناعة.
- لا تتشارك بالإبر والحقن وأي أدوات أخرى تستعمل لحقن المخدرات. تأكد من أن أداة الحقن جديدة و/أو معقمة.

كيف يتم علاجي؟

إذا كنت تعرّضت لعدوى الهيباتايٲس بي فهناك علاج خاص يمكنه أن يقيك من الإصابة إذا ذهبت فورًا لرؤية طبيبك. هناك أدوية من شأنها أن تساعد حاملي عدوى الهيباتايٲس بي منذ زمن بعيد.

كيف يمكنني التقليل من خطر الإصابة بداء الهيباتايٲس بي؟

سوف تكون آمنًا بنسبة مئة بالمئة إذا خضعت للتلقيح ضد الهيباتايٲس بي، الذي يشتمل على ثلاث (٣) جرعات من الحقن على مدى ستة أشهر للأشخاص البالغين.



وهناك بعض الطرق السهلة الأخرى التي تستطيع وقاية نفسك بها من الهيباتايٲس بي وغيره من الأمراض المعدية الأخرى:

- لا تتشارك أبداً مع غيرك بالإبر والحقن وأدوات حقن المخدرات الأخرى. تأكد من أن أدوات الحقن جديدة و/أو معقمة.
- مارس الجنس الآمن – استخدم الواقي الذكري المطاطي أو الواقي الفموي والمزلق المحلل بالماء. فإن الخطر يتزايد إذا كان لديك عدة شركاء بالجنس أو مارست الجنس الشرجي و/أو الجنس مع امرأة في فترة دورتها الشهرية.
- قبل أن تفكر بالفن الجسدي (أي نقش الوشم أو الثقب البدني) تأكد من أن الفنان الجسدي يستخدم في كل مرة الأدوات وعدة الحلاقة والإبر المعقمة فقط.
- لا تتشارك مع غيرك بأدوات النظافة الشخصية كأداة الحلاقة أو فرشاة الأسنان أو خيط تنظيف الأسنان.
- نظف أي جرح نازف أو خدش لك وغطه فوراً.
- إن كل بقع الدم المراقبة بما فيها تلك البقع الجافة يجب أن تنظف وتطهر بمزيج من مادة التقصير الكيماوية (بليتس) والماء، (جزء واحد من البليتس المنزلي مع 10 أجزاء من الماء). يجب لبس القفازات دائماً عند القيام بتنظيف الدم المراق. حتى الدم الجاف بإمكانه أن يشكل خطراً على الآخرين. ضع المناشف الورقية المستعملة مع القفازات داخل كيس بلاستيكي قبل أن ترميها في حاوية النفايات.

هل يوجد هناك تلقيح ضد الهيباتايٲس بي؟

نعم، إن التلقيح ضد الهيباتايٲس بي آمن وفعال.

من المفروض به أن يتلقح ضد الهيباتايٲس بي؟

الشركاء الجنسيون المقيمون مع شخص يحمل عدوى الهيباتايٲس بي يجب عليهم الخضوع للفحص الطبي بشأن عدوى الهيباتايٲس بي. إذا كانوا غير مصابين بالعدوى يجب عليهم أن يتلقحوا ضد العدوى. إن التلقيح مجاني أيضاً لبعض المجموعات المعرضين للخطر المحقق – إسأل طبيبك أو أي طبيب آخر من اختيارك.

يوصى بالتلقيح ضد عدوى الهيباتايٲس بي في الحالات التالية:

- إذا كنت في أي وقت من الأوقات تشاركت في حقن المخدرات أو برسم الوشم أو بالثقب البدني،
- إذا مارست الجنس غير الآمن سواء كان الجنس المهبلي أو الفمي أو الشرجي مع شركاء جنس عرضيين أو المومس.
- إذا كنت رجلاً يعاشر الرجال جنسياً.
- إذا كنت تشكو من مرض مزمن في الكبد غير التهاب الكبد الفيروسي فئة (ب).
- إذا كنت تخضع "للدليزة" أي عملية تبادل الدم.
- إذا كانت طبيعة عملك تفرض عليك الإتصال بدم أو بسوائل جسم الآخرين.
- إذا كنت نزيلاً أو موظفاً في إحدى المؤسسات الإحتجازية (السجن).
- إذا كنت تسكن أو تعمل مع أشخاص معوقين عقلياً.
- إذا كنت تسافر إلى بلدان يكون فيها الهيباتايٲس بي شائعاً (إسأل طبيبك أو اختصاصي الصحة للمسافرين)
- إذا كنت أحد أفراد أسرة تبنت أطفالاً من دول عبر البحار.
- إذا كنت عاملاً في مجال الرعاية الصحية.



كيف أخضع للتلقح ضد الهيباتايٲس بي؟

توجد ثلاث حقنات تؤخذ على مدى ستة شهور للبالغين، إن كل طفل يولد في أستراليا وكل تلميذ موجود في صف السنة السابعة يستطيع الحصول على التلقح المجاني ضد الهيباتايٲس بي.

أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات بشأن الهيباتايٲس بي؟

أتصل بطبيبك أو بأي طبيب آخر من اختيارك أو بوحدة الصحة المجتمعية أو بممرض/ممرضة أو عامل في مجال الصحة المجتمعية أو بإحدى المؤسسات أدناه:

■ عيادة التلقح المركزية - Central Immunisation Clinic

☎ 9321 1312 (08)

■ "هلت دايركت أستراليا" healthdirect Australia

☎ 1800 022 222

■ Sexual Health Helpline (بخط المساعدة الخاص بالصحة الجنسية)

☎ 9227 6178 أو

☎ 1800 198 205 (مكالمة هاتفية مجانية من خط أرضي فقط)

■ أو مؤسسة مكافحة إلتهاب الكبد في غربي أستراليا - Hepatitis WA

☎ 9328 8538 (للمتصلين من المدينة وضواحيها) أو

☎ 1800 800 070 (للمتصلين من الأرياف - مكالمة مجانية من الخط الأرضي فقط)

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات عن داء التهاب الكبد (هيباتايٲس) على الموقع الإلكتروني التالي في شبكة الإنترنت:

www.hepatitiswa.com.au

يمكن تأمين هذه الوثيقة وفق أنساق بديلة حين طلب ذلك
من أجل شخص لديه إعاقة.