



التهاب الكبد الفيروسي

عميد الكلية

أ.د. زيدان زيد إبراهيم

وكيل الكلية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د. محروس عثمان أحمد

كيف يمكن الوقاية أو منع الإصابة بهذه الفيروسات؟



- تأكد من أنك وأفراد عائلتك قد تلقيت الـ ٣ جرعات التطعيمية .
- استخدام العازل الطبي عند المعاشرة الجنسية (إذا لم يكن لدى أحد الزوجين مناعة ولم يتلق التطعيم وكان أحدهما مصاباً أو حاملاً للفيروس).
- ارتداء القفازات عند لمسك أو تنظيفك لأي دم. في حالة عدم توفر قفازات واقية ينصح عند تنظيف منطقة بها دم لشخص آخر استخدام قطعة من القماش وكثيراً من الماء بعد التأكد من أنه لا يوجد جروح في الأيدي .
- تجنب الاستعمال المشترك لأدوات الحلاقة (مثل الأمواس في محلات الحلاقة)، وفرش الأسنان أو الأقرط التي توضع في ثقب الأذن أو الأنف للسيدات والأدوات المستخدمة لهذا الغرض ومقصات الأظافر، وأدوات الحجاممة والوشم والختان .
- تجنب الاشتراك مع الآخرين في مضغ اللبان أو إعطاء الطفل طعاماً ممزوجاً من قبل الآخرين .

كيف يعالج هذا المرض ؟

لا يحتاج هذا المرض لأية معالجة نوعية إذ يشفى تلقائياً، وإنما نعالج الأعراض التي يصاب بها المريض، نستعمل مضادات الغثيان عند وجود غثيان، ونعالج بمضادات التشنج ومضادات الحموضة عند وجود ألم معدي، مع تناول كمية كبيرة من السوائل لمنع الجفاف. في الماضي كان يدعى المرضى المصابون بهذا المرض إلى حمية غنية بالسكريات والفيتامينات وفقيرة بالدهن، وقد وجد مؤخراً أن مريض التهاب الكبد A يمكن أن يتناول أي حمية (أي طعام) دون أن يؤثر ذلك سلباً أو إيجاباً على شفاء المرض .

كيف يمكن الإصابة بالعدوى؟

* فيروس التهاب الكبد A ينتقل عن طريق الطعام أو الشراب الملوث بالفيروس. في حين أن التهاب الكبد B ينتقل عن طريق الجماع مع شخص مصاب، أو استعمال إبر ملوثة، أو الالتماس المباشر مع دم ملوث، و قد ينتقل من الأم إلى الجنين .

* يتواجد فيروس التهاب الكبد B في الدم وسوائل الجسم الأخرى مثل (السائل المنوي - الإفرازات المهبلية - حليب الام الدموع - اللعاب عن طريق الفم، أو عن طريق جرح أو خدش في الجلد). بمقدور فيروس التهاب الكبد (ب) العيش على سطح المواد الملوثة لمدة شهر ومن الممكن الإصابة به من خلال المشاركة في استخدام أدوات الحلاقة أو فرش الأسنان.



كيف يمكنني أن أحمي نفسي من التهاب الكبد A؟

١- بأخذ اللقاح المضاد لالتهاب الكبد A ، وهو أمر ضروري جداً عند كل الأشخاص الذين يعانون من إصابات كبدية، مثل التهاب الكبد B أو تشمع الكبد، لأنهم معرضون للإصابة بالشكل الصاعق من التهاب الكبد A والذي قد يكون في بعض الأحيان مميتاً، في حين أن الأشخاص العاديين الغير مصابين بأي مشكلة كبدية عادة ما يشفون من التهاب الكبد A دون أية عقاقير لذلك ينصح هؤلاء باللقاح لحمايتهم من أعراضه المزعجة وليس لكونه مرضاً خطيراً .

٢- من الضروري الاهتمام بالنظافة بشكل عام، ومحاولة تجنب تناول الأطعمة التي قد تكون ملوثة عملياً أي طعام محضر خارج المنزل من قبل شخص قد يكون مصاباً بهذا المرض، ما لم يتعرض الطعام لحرارة عالية لفترة مناسبة بعد التحضير.



التهاب الكبد الفيروسي يعتبر مشكلة صحية عالمية رئيسية. في الحقيقة، المرض يأتي في الترتيب الثاني بعد التبغ كسبب للإصابة بالسرطان. بالإضافة لذلك، فيروس التهاب الكبد يعتبر أكثر عدوى من فيروس نقص المناعة المكتسبة الذي يسبب مرض الإيدز.

ما هو التهاب الكبد A ؟

التهاب الكبد A هو مرض ينجم عن فيروس يصيب الكبد و يشفى معظم الناس منه تلقائياً دون أي عقاقير .

ما الفرق بين التهاب الكبد A وغيره من التهابات الكبد؟

يوجد نوعين آخرين هما التهاب الكبد الفيروسي B أو C بعكس التهاب الكبد A ، قد يؤدي التهاب الكبد B أو C إلى التشمع الكبدي، القصور الكبدي، سرطان الكبد أو الوفاة . كما يؤديان إلى إيقاف قدرة الجسم على مقاومة باقي الأمراض

ما هي أعراض التهاب الكبد A؟

معظم الأشخاص المصابون بالتهاب الكبد A لا يشكون من أي أعراض تذكر، أو قد تظهر عندهم أعراض لا نوعية تشبه أعراض الانفلونزا. أما عندما تظهر الأعراض الوصفية فهي تتجلى بما يلي: يبول غامق ، براز فاتح اللون ، ألم معدي ، يرقان (اصفرار الجلد) ، وقد يصاب المريض أحياناً بإسهال أو إمساك مع غثيان ونقص شهية للطعام شديدين ، ووهن عام وسوء التغذية . تستمر الأعراض حتى الشهر وعادةً ما تزول دون أن تترك أي أثر كأعراض الأنفلونزا هذه الأعراض عادة لا تظهر لدى أغلبية المرضى المصابين بهذا الفيروس ولكنها تكون شائعة أكثر عند الذين يصابون بالتهاب وهم كبار. الطريقة الوحيدة التي يمكن بها تحديد المرض هي تحليل الدم الخاص بهذا الفيروس ومن الجدير بالذكر أن الأشخاص المصابين بهذا المرض دون ظهور أية أعراض قادرون على عدوى غيرهم عندما يقومون بتحضير الطعام لهم . ولهذا السبب ينتشر هذا المرض بشكل وبائي، والكثير من الأشخاص يصابون به دون أن يدركون ذلك ويستمررون بمتابعة حياتهم اليومية والتي قد تتضمن تحضير الطعام لغيرهم مما يسبب العدوى.

