



هيباتيتس سي

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 هيباتيتس (سي) أي التهاب الكبد الفيروسي فئة (ج) ؟

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

كيف تصاب بالهيباتيتس سي؟

الهيباتيتس سي هو عدوى محمولة بالدم، وهي تنتقل من شخص لآخر عند اتصال الدم بالدم أي عندما يدخل الدم المصاب في مجرى دم شخص آخر. في أستراليا تحدث معظم الإصابات بعدوى الهيباتيتس سي نتيجة التشارك بالإبر وأدوات حقن المخدرات الأخرى. من الممكن أن تصاب بعدوى الهيباتيتس سي حتى ولو أنك شاركت باستعمال الإبر أو غيرها من الأدوات مرة واحدة فقط.

يوجد هناك طرق أخرى يمكنك التقاط عدوى الهيباتيتس سي بها ومنها ما يلي:

- جرح بحجم وخز الإبرة وأنت داخل مكان للرعاية الصحية. إن احتمال إنتقاط عدوى الهيباتيتس سي من إبرة وجدت في مركز مجتمعي مثل الحديقة العامة مثلاً يعد ضئيلاً جداً جداً.
- أن تخضع لأي فن جسدي كرسم الوشم مثلاً أو الثقب البدني حين تكون المعدات غير معقمة.
- أن تمارس الجنس غير الآمن يتخلله دم أو ضرر في الجلد مثل الجنس الشرجي و/أو الجنس غير الآمن مع امرأة وهي في فترة دورتها الشهرية. أما احتمال الإصابة بالعدوى من جراء الجنس القضيبي المهلي في أوقات أخرى فهو ضئيل جداً.
- التشارك باستعمال الأمتعة الشخصية التي قد تحمل أثار دم عليها مثل أداة الحلاقة وفرشاة الأسنان وخيط تنظيف الأسنان.
- هناك احتمال ضعيف بأن تنقل الأم عدوى الهيباتيتس سي إلى طفلها إما أثناء فترة الحمل أو عند الولادة. ليس هناك أدنى خطر من الإرضاع الطبيعي.

ليس من المرجح في أستراليا أبداً أن تصاب بالهيباتيتس سي من جراء عملية نقل دم أو زرع أعضاء.

ليس من الممكن أن تلتقط عدوى الهيباتيتس سي من الاتصالات الإجتماعية اليومية، كالمصافحة باليدين مثلاً أو التقبيل أو التشارك باستعمال الحمام أو المرحاض أو بالتبرع بالدم.

ما هي علامات وأعراض الهيباتيتس سي؟

إن العديد من الأشخاص لا يشكون مطلقاً من أية أعراض في البداية، أو أنهم فقط يشعرون بمرض طفيف يشبه الإنفلونزا، في بعض الأحيان يصبح لون البول عند المصاب داكناً ويتحول لون عينيه وجلده إلى الاصفرار (اليرقان). قد تختفي أعراض الهيباتيتس سي خلال بضعة أسابيع لكن ذلك لا يعني بالضرورة أن العدوى قد اختفت أيضاً.

يتوجب على الشخص الذي يشكو من أعراض الهيباتيتس سي التهاب الكبد الفيروسي أن يرى طبيبه أو أي طبيب آخر من اختياره. عندما يكون الكبد "مصاباً بالتهاب" لمدة تزيد على ستة أشهر يسمى المرض هيباتيتس طويل الأمد أو المزمن.



تشمل أعراض الھيباتايٲس سي المزمن ما يلي:

- تعب جسدي خفيف إلى شديد
- فقدان الشهية على الطعام
- الشعور بالغثيان والتقيؤ
- شعور بالألم تحت الأضلع
- الحمى أو السخونة
- ألم في المفاصل.

كيف يمكنني معرفة ما إذا كنت مصابًا بالھيباتايٲس سي؟

إن الطريقة الوحيدة التي يمكنك فيها معرفة ما إذا كنت مصابًا بالھيباتايٲس سي هي من خلال فحص الدم. إن اختبار مضادات الجسم الخاصة بفيروس الھيباتايٲس سي (HCV) يُظهر إذا كنت في وقت من الأوقات قد أصبت بالعدوى. قد يستغرق هذا الإختبار من ٤ إلى ٦ أشهر من تاريخ الإصابة بالعدوى حتى يظهر نتيجة إيجابية. لذلك فإذا كانت نتيجة فحصك سلبية قد يتوجب عليك أن تخضع لفحص آخر في خلال ٤ إلى ٦ أشهر. إن اختبار مضادات الجسم الخاصة بفيروس الھيباتايٲس سي (HCV) لا يُظهر إذا كنت ناقلًا للمرض، لذلك إذا جاءت نتيجة فحصك إيجابية قد تحتاج لتخضع لاختبار آخر يدعى (HCV PCR test) لمعرفة ما إذا كان الفيروس ما زال في دمك.

أسأل طبيبك أو أي طبيب آخر من اختيارك أو أي عامل في مجال الرعاية الصحية عن اختبار الھيباتايٲس سي.

كيف يمكنني التقليل من خطر الإصابة بداء الھيباتايٲس سي؟

لا يوجد لقاح ضد الھيباتايٲس سي.

غير أن هناك طرقًا يمكنك بها التقليل من خطر الإصابة بعدوى الھيباتايٲس سي:

- لا تحقن نفسك بالمخدرات، وإذا كنت تفعل ذلك فلا تتشارك مع غيرك بالحقن والإبر والفلتر والماء أو الملاعق. أغسل يديك أو امسح أصابعك قبل أن تلمس موضع الحقنة عند الشخص الآخر. إستخدم دائمًا إبرًا ومحاقن جديدة. يمكنك الحصول على هذه الأشياء من معظم الصيدليات، ومن أماكن مبادلة الإبر والمحاقن وفي المستشفيات الريفية بعد الدوام الرسمي.
- مارس الجنس الآمن - استعمل الواقي الذكري المطاطي أو الواقي الفموي مع مزلق يحلل 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 بأي فن جسدي (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.
- العاملون في مجال الرعاية الصحية يجب عليهم دائمًا اتباع إجراءات مكافحة العدوى في مكان عملهم.



ماذا أفعل إذا كنت مصابًا بالهيباتايٲس سي؟

يجب أن تتعاون مع طبيبك في مسألة العناية بنفسك. تأكد من أنك تتعامل مع طبيب ترتاح إليه وعنده معرفة تامة بالهيباتايٲس سي. حتى ولو كنت مصابًا بالهيباتايٲس سي فإنه من الممكن أيضًا أن تصاب بأنواع أخرى من فيروس الهيباتايٲس سي. إذا كنت خضعت للعلاج فإنه من الممكن أيضًا أن تصاب بالهيباتايٲس سي من جديد، يجب أن تحرص دائمًا على وقاية نفسك من مرض الهيباتايٲس سي. ويتوجب عليك أيضًا أن تتحمل مسؤولية عدم نقل فيروس الهيباتايٲس سي لأي شخص آخر. يتوجب عليك التقليل من احتمال إصابتك بأنواع أخرى من عدوى الكبد. مثل الهيباتايٲس (أ) والهيباتايٲس (بي). إسأل طبيبك أو أي طبيب آخر من اختيارك عن التلقيح ضد الهيباتايٲس (أ) والهيباتايٲس (بي).

كيف يتم علاجي؟

إنّ علاج الهيباتايٲس متوفر. وهذا العلاج يشفي ثمانية من كل عشرة أشخاص مصابين وقفًا على نوع عدوى الهيباتايٲس سي. من الأهمية بمكان أن تعتمد النظام الغذائي الصحي والنوم الكافي وتتجنب شرب الكحول والتدخين والمخدرات الأخرى.

أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات بشأن الهيباتايٲس سي؟

أتصل بطبيبك أو بأي طبيب آخر من اختيارك أو بإحدى المؤسسات أدناه:

- 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)
- **healthdirect Australia** "هلت دايركت أستراليا"
☎ 1800 022 222
- **Sexual Health Helpline** (بخط المساعدة الخاص بالصحة الجنسية)
☎ 9227 6178 (للمتصلين من المدينة وضواحيها) أو
☎ 1800 198 205 (للمتصلين من الأرياف - مكالمة مجانية من الخط الأرضي فقط)

يمكنك الاطلاع على مزيد من المعلومات عن داء التهاب الكبد الفيروسي (هيباتايٲس) على الموقعين التاليين في شبكة الإنترنت:

www.hepatitiswa.com.au
www.hepatitisaustralia.com

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