معلومات المريض وقواعد السلوك، B التهاب الكبد

نشرة الوقاية من العدوى من أطباء مكافحة انتشار الأمراض المعدية.

لماذا تلقيت هذه المعلومات؟

أظهر اختبار الدم أنك مصاب بالتهاب الكبد B. تحتوي هذه النشرة على معلومات حول التهاب الكبد B وما تحتاج إلى مراعاته بصفتك مصاب بالتهاب الكبد B.

ما هو التهاب الكبد B؟

التهاب الكبد B هو فيروس موجود في الكبد وفي الدم وفي بعض سوائل الجسم (مثل السائل المنوي). من الممكن أن تكون مصابًا بالتهاب الكبد B لفترة طويلة دون أن تلاحظ ذلك. حتى لو لم يكن لديك أعراض، يمكن أن يكون التهاب الكبد B معديًا للغاية. كما يمكن أن تواجه مشاكل في الكبد بعد سنوات عديدة من العدوى.

كيف ينتشر التهاب الكبد B؟

هناك العديد من المصابين بالتهاب الكبد B. وفقًا لإحصائيات منظمة الصحة العالمية لعام 2019، يوجد حوالي 300 مليون شخص مصاب بالتهاب الكبد B في العالم. ومعظم المصابين بالعدوى حصلوا عليها من الأم عند الولادة.
التهاب الكبد B معد أيضًا عند ممارسة الجنس بدون استعمال واقي ذكري. يمكن أن ينقل الجماع الجنسي غير المحمي، سواء كان الجماع المهبلي أو الجماع الشرجي، وأحيانا الجنس الفموي، فيروس التهاب الكبد B.
يمكن أيضًا أن ينتشر التهاب الكبد B عن طريق الدم، أي إذا حصلت على دم يحتوي على فيروس التهاب الكبد B في دمك أو على غشاء مخاطي، على سبيل المثال في العين أو الأنف أو الفم، أو في جرح مفتوح. ويمكن أن ينتشر المرض أيضًا عندما يشارك الشخص الذي يستخدم المخدرات محاقن الحقن أو أكواب الخلط أو غيرها من الملحقات مع أشخاص آخرين.
التهاب الكبد B ليس معديًا عند التواصل الاجتماعي مع أصدقائك، على سبيل المثال من خلال العناق والقبلات أو مشاركة الكؤوس/الأطباق /أدوات المائدة. كما إنه ليس معديًا في حال وصول الدم إلى الجلد الخالي من الجروح المفتوحة أو عند استخدام نفس المرحاض.

ما الذي يجب أن أضعه في اعتباري حتى لا أنقل العدوى للآخرين؟

يجب عليك اتباع **قواعد السلوك** التي يقدمها إليك الطبيب:

- يجب عليك الحضور إلى زيارة المراجعة عندما يدعوك الطبيب إليها.
- يجب عليك إخبار الشخص الذي ستمارس معه الجنس أنك مصاب بالتهاب الكبد B.
- يجب عليك استخدام وسيلة حماية/ الواقي الذكري أثناء ممارسة الجنس إذا لم يكن شريكك محصنًا، أي أنه لم يصب بالتهاب الكبد B أو لم يتم تطعيمه ضد التهاب الكبد B.
- يجب أن تخبرنا أن لديك "عدوى دموية" عند طلب رعاية الأسنان أو الرعاية الطبية حيث قد يلمس الموظفون دمك أثناء أخذ العينات أو الجراحة/العملية الجراحية على سبيل المثال.
- يجب أن تخبرنا أيضًا أن لديك "عدوى دموية" إذا كنت ترغب في الحصول على وشم أو ثقب الجسد أو ثقب الأذنين أو الحصول على علاج آخر حيث قد يحدث نزيف جلدي.
- لا تشارك ماكينة الحلاقة أو فرشاة الأسنان مع أي شخص آخر.
- إذا حصل شخص ما على دمك في جروح الجلد أو العينين أو الأنف أو الفم، فيجب عليك إخباره بأن الدم يحتوي على فيروس التهاب الكبد B، وحث الشخص على الشطف فورًا بالماء. ويجب عليه الاتصال بمركز الرعاية الصحية الخاص به أو أقرب عيادة عدوى أو Vårdguiden 1177 في أقرب وقت ممكن للحصول على التطعيم المجاني ضد التهاب الكبد B.
- إذا كنت تستخدم المحاقن أو الإبر، فيجب ألا تشاركها مع الآخرين. يجب عليك أيضًا عدم استخدام كوب خلط وملحقات أخرى مشتركة.
- لا يجوز لك التبرع بالدم أو بالحيوانات المنوية أو البويضات.
- قد يكون التبرع بالأعضاء أو الأنسجة للزرع ممكنًا في حالات معينة
- أخبر طبيبك إذا كان لديك شريك جنسي أو أحد أفراد العائلة قد يحتاج إلى التطعيم ضد التهاب الكبد B.

هناك أيضا **نصائح النظافة** التي من الجيد اتباعها حتى لا تصيب الآخرين:

- تأكد من وجود اللاصقات/ الضمادات على جميع الجروح.
- إذا قام شخص ما بمساعدتك في تضميد الجروح، يجب عليه ارتداء قفازات بلاستيكية.
- قم بتغليف المواد الملطخة بالدماء بعناية قبل رميها.
- إذا وصل الدم على ملابسك، فيمكن غسلها في الغسالة.
- ويمكن مسح بقع الدم على الأرضيات على سبيل المثال بالورق الذي يتم التخلص منه. بعد ذلك يجب غسل الأرضية بإمعان بالماء والمنظف.

ما الذي يجب مراعاته قبل ممارسة الجنس مع شريك؟

يجب عليك إخبار شريكك أنك مصاب بالتهاب الكبد B، ويجب عليك أيضًا استخدام الواقي الذكري إذا لم يكن شريكك محصنًا (أي أنه لم يصب بالتهاب الكبد B أو لم يتم تطعيمه ضد التهاب الكبد B).
من الأفضل أن تطلب من شريكك مرافقتك إلى طبيبك/العيادة حتى يتمكن شريكك من الحصول على اللقاح المضاد لالتهاب الكبد B المجاني قبل ممارسة الجنس.
إذا كنت قد عرّضت شخصًا ما لخطر العدوى، على سبيل المثال عن طريق ممارسة الجنس بدون استخدام واقي ذكري مع شخص غير ملقح، فيمكن أيضًا تطعيم الشخص مجانًا بعد ذلك لتقليل خطر الإصابة. اللقاح له أفضل فعّالية إذا كان من الممكن الحصول عليه في غضون يومين.
كم مرة أحتاج إلى الذهاب لإجراء الفحوص لدى طبيبي؟
طبيبك هو الذي يقرر عدد المرات التي تحتاج فيها إلى الحضور لزيارة المراجعة. غالبًا ما يكون مرة واحدة في السنة، ولكن في بعض الأحيان قد توجد حاجة إلى إجراء زيارات أكثر.

هل هناك خطورة جرّاء الإصابة بالتهاب الكبد B؟

معظم الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد B لا يعانون أبدًا من مشاكل في الكبد، ولكن يمكن للبعض التعرّض إلى مشاكل في الكبد بعد سنوات عديدة من الإصابة. في أسوأ الحالات، يمكن لأولئك الذين يتعرضون إلى مشاكل في الكبد، الإصابة بتشمع الكبد أو سرطان الكبد.
عند زيارة طبيبك بانتظام، سيتحقق الطبيب من وضع الكبد ويتأكد من حصولك على العلاج إذا كنت بحاجة إليه.

هل هناك علاج لالتهاب الكبد B؟

يمكن الحصول على علاج إذا لزم الأمر. معظم الناس لا يحتاجون إلى أي علاج. يمكن أن يخبرك طبيبك إن كنت بحاجة إلى علاج أم لا.
غالبًا ما لا يمكن للعلاج معالجة العدوى أو إزالتها، ولكن يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بمشاكل في الكبد.

هل يمكنني أن أصبح والدًا/والدة؟

نعم، التهاب الكبد B لا يشكل عائقًا أمام إنجاب الأطفال أو أن تصبح/ي والدًا/**والدة**، ولكن من المهم أن يكون شريكك الجنسي محصنًا (على سبيل المثال بعد التطعيم) ضد التهاب الكبد B قبل محاولة إنجاب الأطفال.
إذا أصبحتِ حاملاً، فهناك طرق لمنع فيروس التهاب الكبد B من الانتقال إلى الطفل. في بعض الأحيان يمكنكِ الحصول على علاج التهاب الكبد B خلال نهاية فترة الحمل. سيتلقى الطفل لقاح التهاب الكبد B فور ولادته ثم يتلقى جرعات لقاح إضافية في عدة مناسبات خلال عامه الأول. وبهذه الطريقة، فإن خطر إصابة الطفل منخفض للغاية. إذا تلقى الطفل اللقاحات كما هو مخطط لها فيمكن إرضاع الطفل كالمعتاد.

هل يمكنني الحصول على أي وظيفة أو ممارسة أي أنشطة ترفيهية؟

غالبًا ما يمكن القيام بأي عمل في حال الإصابة بالتهاب الكبد B، ولكن إذا كان ما تفعله في العمل يمكن أن يعني خطر إصابة نفسك ووصول الدم إلى شخص آخر - تحدث عن هذا الأمر مع طبيبك. وينطبق الشيء نفسه إذا كنت غير متأكد مما إذا كان يمكنك التدريب على مهنة معينة. أنت لست ملزم بإخبار صاحب العمل بأنك مصاب بالتهاب الكبد B.
إذا كنت تريد المشاركة في رياضة يحدث فيها نزيف أحيانًا - فتحدث إلى طبيبك. يمكن لطبيبك تحديد ما إذا كانت المشاركة ممكنة أم لا.

التهاب الكبد B موجود في قانون مكافحة انتشار الأمراض المعدية - ماذا يعني ذلك؟

يهدف قانون مكافحة انتشار الأمراض المعدية إلى الحد من خطر انتشار بعض أنواع العدوى، مثل التهاب الكبد B، إلى عدد أكبر من الناس.
إذا كنت مصابا بالتهاب الكبد B، يحق لك الحصول على رعاية وعلاج مجانيين متعلقين بالتهاب الكبد B.
يجب عليك اتباع قواعد السلوك التي يقدمها لك طبيبك. ويجب عليك أيضًا المساعدة في تتبع المخالطين.
إذا حصلت على قاعدة سلوكية تعتقد أنها خاطئة فيمكنك التواصل مع طبيب الوقاية من الأمراض المعدية في منطقتك. قبل اكتمال النظر في طلبك، يجب عليك اتباع القواعد التي تم إعطاؤها لك.

تتبع المخالطين – ماذا يعني ذلك؟

من المهم جدًا العثور على الأشخاص الآخرين المصابين بالتهاب الكبد B، حتى يتمكنوا أيضًا من فحص الكبد وحتى لا تنتشر العدوى إلى الآخرين. لذلك، إذا كنت مصابًا بالتهاب الكبد B، فيجب عليك إخبار طبيبك عن الأشخاص الذين مارست الجنس معهم أو عرضتهم لخطر العدوى (مثلاً عن طريق مشاركة المحاقن أو الإبر معهم) حتى يتم إخبارهم أنه يجب عليهم إجراء اختبار لالتهاب الكبد B. كل ما تخبره يبقى سري (محاط بطابع السرية) والأشخاص الذين تخبر عنهم لن يعرفوا من أنت.
سيتأكد طبيبك أيضًا من أن عائلتك وإخوتك يخضعون لاختبار التهاب الكبد B إذا كانوا في السويد.

هل تريد معرفة المزيد؟

يمكن العثور على المزيد من المعلومات حول التهاب الكبد B على المواقع الإلكترونية التالية:
www.1177.se
www.umo.se
www.folkhalsomyndigheten.se