یا زردی، معلومات برای بیمار و قوانین رفتار B هپاتیت

ورق پیشگیری عفونت از داکتران پیشگیری از عفونت.

شما چرا این معلومات را اخذ نموده اید؟

آزمایش خون نشان داده است که شما مبتلا به هپاتیت B هستید. این برگه حاوی اطلاعاتی در مورد هپاتیت B و آنچه شما که مبتلا به هپاتیت B هستید باید در مورد آن فکر کنید.

هپاتیت Bچیست؟

هپاتیت B ویروسی است که در کبد، خون و در برخی از مایعات بدن (مانند مایع منی) یافت می شود. ممکن است که یک شخص به هپاتیت B مبتلا باشد اما علایمی نداشته باشد. اگر شخص علایم نداشته باشد اما باز هم این مرض بسیار ساری میباشد. اگر این بیماری در بدن برای چندین سال بماند ممکن است انسان را به تکلیف کبد مبتلا کند.

کسی چگونه به هپاتیت B مبتلا میشود؟

بسیار اشخاصی اند که به هپاتیت B مبتلا است. طبق سازمان صحت عامه بین المللی WHO در سال 2019 تقریباً 300 میلیون افراد به هپاتیت B مبتلا بودند. بیشتر انها در وقت ولادت از مادر خود به این مرض اغوشته شده بودند.
هپاتیت B در ان صورت هم سرایت میکند که بدون استفاده از کندوم رابطه جنسی صورت گیرد. رابطه جنسی محافظت نشده، رابطه جنسی از طریق مهبل یا مقعد و گاهی رابطه جنسی دهانی می تواند ویروس هپاتیت B را منتقل کند.
هپاتیت B همچنین می تواند از طریق خون منتقل شود، اگر خون با ویروس هپاتیت B وارد خون شما شود، مثلاً از طریق چشم، بینی یا دهن و یا ممکن از طریق زخم باز داخل وجود شما شود. همچنین ممکن است این اتفاق زمانی بیفتد که یک فردیکه از مواد مخدر استفاده میکند، پیچکاری، فنجان‌های مخلوط کننده یا سایر لوازم را به اشتراک بگذارد.
هپاتیت B از طریق ارتباط اجتماعی منتقل **نمی شود** بطور مثال از طریق بغل کشی، بوسه گرفتن یا با استفادۀ مشترک از گیلاس/قاب/قاشق و پنجه. و همچنین این ویروس از برامدن خون بالای جلد و یا هم از استفاده تشناب مشترک هم به دیگران سرایت نمی کند.

باید متوجه چه چیزی باشم تا دیگران را آلوده نکنم؟

شما باید از **قوانین رفتاری** که داکتر به شما توصیه میکند پیروی کنید:

- زمانیکه داکتر شما به دوباره امدن تان به شما دعوت میدهد باید به ملاقات بعدی حاضر شوید.
- با شخصیکه رابطه جنسی قایم میکنید باید او را مطلع کنید که شما به هپاتیت B مبتلا هستید.
- اگر شریک زندگی شما مصؤن نیست، یعنی به این معنی که قبلاً به هپاتیت B مبتلا شده یا علیه هپاتیت B واکسین نشده باشد پس باید از محافظ/کندوم در حین رابطه جنسی استفاده کنید.
- هنگامی که شما مراقبت دندان یا هم کدام مراقبت صحی دیگری میجوئید باید انهایکه با خون شما در ارتباط می باشد انها را مطلع کنید که شما "عفونت خون" دارید، به عنوان مثال انهایکه از شما نمونه برداری میکنند و یا هم شما را جراحی/ عملیات می کنند.
- همچنین اگر می خواهید خالکوبی کنید، سوراخ کنید، گوش های خود را سوراخ کنید یا کدام تداوي دیگری که ممکن است پوست در ان خونریزی کند، باید به آنها بگویید که شما "عفونت خون" دارید.
- از ماشین تراشیدن موی یا برس دندان مشترک با دیگران خودداری کنید.
- اگر کسی خون شما را در پوست که زخم دارد، چشم، بینی یا دهان گرفت، باید به او گفته شود که خون به هپاتیت B مسری است. از فرد بخواهید که انجا را فوراً با آب بشویید. ان شخص باید فوراً با مرکز مراقبت/بهداشت خود، نزدیکترین کلینیک عفونت یا Vårdguiden 1177 تماس بگیرد تا بشکل رایگان واکسیناسیون علیه هپاتیت B را سریعاً دریافت کند.
- اگر از پیچکاری یا سوزن استفاده می کنید، آنها را با دیگران به اشتراک نگذارید. و همچنین از فنجان مخلوط کن مشترک و سایر لوازم جانبی استفاده نکنید.
- شما نمیتوانید که خون، اسپرم یا تخمک اهدا کنید.
- اهدای عضو یا بافت برای پیوند ممکن است در موارد منتخب امکان پذیر باشد.
- اگر شریک جنسی یا عضوی از خانوادۀ دارید که ممکن است به واکسیناسیون هپاتیت B نیاز داشته باشد، با داکتر خود اطلاع دهید.

نکات بهداشتی نیز وجود دارد که رعایت آنها برای آلوده نشدن دیگران خوب است:

- حتماً روی همه زخم ها گچ / پانسمان داشته باشید.
- اگر کسی در مورد پانسمان زخم با شما کمک می کند، باید از دستکش پلاستیکی استفاده کند.
- مواد که با خون آلوده شده باشد را قبل از دور انداختن با دقت بسته بندی کنید.
- اگر روی لباس هایتان خون گرفت، می توان آنها را در ماشین لباسشویی بشوئید.
- لکه های خون بالای زمین را با مواد یکبار مصرف پاک کرده و بعداً انرا ضایع کنید. باید بعداً با اب و مواد شستشوي شسته شود.

قبل از رابطه جنسی با شریک زندگی به چه چیزی باید فکر کنم؟

شما باید به همسرتان بگویید که به هپاتیت B مبتلا هستید. همچنین اگر شریک زندگی شما مصون نیست (یعنی مبتلا به هپاتیت B بوده یا علیه هپاتیت B واکسینه نشده است) باید از کاندوم استفاده کنید. بهتر است شریک زندگی خود را با خود نزد داکتر/ پذیرش صحی خود بیاورید تا شریک زندگی شما قبل از برقراری رابطه جنسی واکسیناسیون رایگان هپاتیت B را دریافت کند.

اگر فردی را در معرض خطر عفونت قرار داده اید، به عنوان مثال با داشتن رابطه جنسی بدون کاندوم با یک فرد واکسینه نشده، پس این فرد می تواند پس از آن به صورت رایگان واکسین هپاتیت B را نیز دریافت کند تا خطر عفونت کاهش یابد. اگر واکسین در ظرف دو روز تزریق شود اثر ان بهترین میباشد.

چند وقت بعد باید برای کانترول با داکتر مراجعه نمایم؟

اوقات امدن شما به داکتر را داکتر تان تعیین میکند. عموماً امدن تان به داکتر یکبار در سال می باشد، اما یگان وقت ملاقات ها زودتر ترتیب میشوند.

آیا مبتلا شدن به هپاتیت B خطرناک است؟

اکثر افرادی که هپاتیت B دارند هرگز دچار مشکلات کبدی نمی شوند، اما برخی ممکن است پس از چندین سال عفونت به آن مبتلا شوند. انهایکه مبتلا به این مشکل هستند، در بدترین حالت ممکن است به سیروز یا سرطان کبد مبتلا شوند. هنگامی که به طور منظم با داکتر خود مراجعه می کنید، داکتر وضعیت کبد شما را بررسی کرده در صورت نیاز به تداوی آغاز میکند.

آیا هپاتیت B تداوی دارد؟

در صورت لزوم، تحت تداوی قرار می گیرید. اکثر اشخاص درین بیماری به تداوی نیاز ندارند. داکتر شما تعیین میکند که آیا شما به تداوی نیاز دارید یا خیر.

تداوی در صورت عموم نمی تواند این بیماری یا ویروس را جور یا از بین ببرد اما میتواند که خطر مشکلات کبد را کاهش دهد.

آیا ممکن است که من پدر یا مادر شوم؟

بلی، هپاتیت B مانع اولاد دار بودن یا پدر و مادر بودن نمی شود. اما مهم است که شریک جنسی شما قبل از اوردن طفل به دنیا با واکسین علیه هپاتیت B مصُون شده باشد. اگر باردار شوید، راه هایی برای جلوگیری از انتقال ویروس هپاتیت B به نوزاد وجود دارد. گاهی اوقات ممکن در اواخر بارداریتان تحت تداوی هپاتیت B قرار بگیرید. طفل نوزاد بلافاصله پس از تولد واکسین هپاتیت B و سپس دوزهای اضافی واکسین را در چندین نوبت در طول سال اول دریافت میکند. به این ترتیب خطر ابتلای کودک به این مریضی بسیار کم است. اگر کودک طبق برنامه واکسین ها را دریافت کند، میتوان به طفل نوزاد طبق معمول شیر داد.

آیا میتوانم هر وظیفه ای یا هر فعالیتی که بخواهم انجام دهم؟

کسیکه به هپاتیت B مبتلا باشد میتواند هر شغلی را که بخواهد انجام دهد. اگر شما در شغلی هستید که در ان خطر این باشد که خود را زخمی کنید و خون شما بالای کسی دیگری بریزد پس درین این موضوع را با داکتر خود تحت بحث قرار دهید. اگر مطمئن نیستید که می توانید برای یک حرفه خاص آموزش بیاموزید، پس در انصورت هم همین امر صدق می کند. لازم نیست به کارفرمای خود بگویید که به هپاتیت B مبتلا هستید. اگر می خواهید در ورزشی شرکت کنید که در آن گاهی خونریزی می کنید – این موضوع را باید با داکتر خود در جریان بگذارید، چون این تصمیم را داکتر شما میگیرد که آیا شما با این ورزش بپیوندید یا خیر.

هپاتیت B در قانون پیشگیری از عفونت موجود است – به این چه معنی است ؟

قانون حفاظت از عفونت برای کاهش خطر ابتلا برای برخی عفونت ها وجود دارد، به عنوان مثال. برای سرایت هپاتیت B اشخاص بیشتر.
شما که به هپاتیت B مبتلا هستید، حق مراقبت و تداوی رایگان برای هپاتیت B را دارید.
شما باید از قوانین رفتاری که داکتر به شما می دهد پیروی کنید. همچنین باید در ردیابی عفونت کمک کنید. اگر شما قواعد رفتاری دریافت کرده اید که فکر میکنید اشتباه است، سپس میتوانید با داکتر بیماری‌های عفونی در شورای کمون خود تماس بگیرید. قبل از اینکه چنین آزمایشات تکمیل شود، باید از قوانینی که به شما داده شده است پیروی کنید.

ردیابی عفونت - به چه معناست؟

یافتن افراد مبتلا به هپاتیت B بسیار مهم است تا آنها نیز کبد خود را بررسی کنند و عفونت انها به دیگران سرایت نکند.
اگر به هپاتیت B مبتلا هستید، باید به داکتر خود اطلاع دهید که با چه کسی یا با چه کسانی رابطه جنسی داشته اید، یا افرادی که در معرض خطر عفونت هستند (مثلاً از پیچکاری یا سوزن های مشترک استفاده نموده اند)، تا آنها بدانند که باید برای هپاتیت B آزمایش شوند.
هر انچیزی را که شما میگوئید محرمانه نگهداری میشود، و در رابطه به کدام شخصیکه شما معلومات ارائه میکنید انها خبر نمی شوند که شما کی هستید.
داکتر شما همچنین مطمئن می شود که خانواده و خواهر و برادر شما در صورت حضور در سوئد برای هپاتیت B آزمایش می شوند.

آیا میخواهید بیشتر بدانید؟

معلومات بیشتر در رابطه به هپاتیت B در صحفات ذیل موجود است
www.1177.se
www.umo.se
www.folkhalsomyndigheten.se