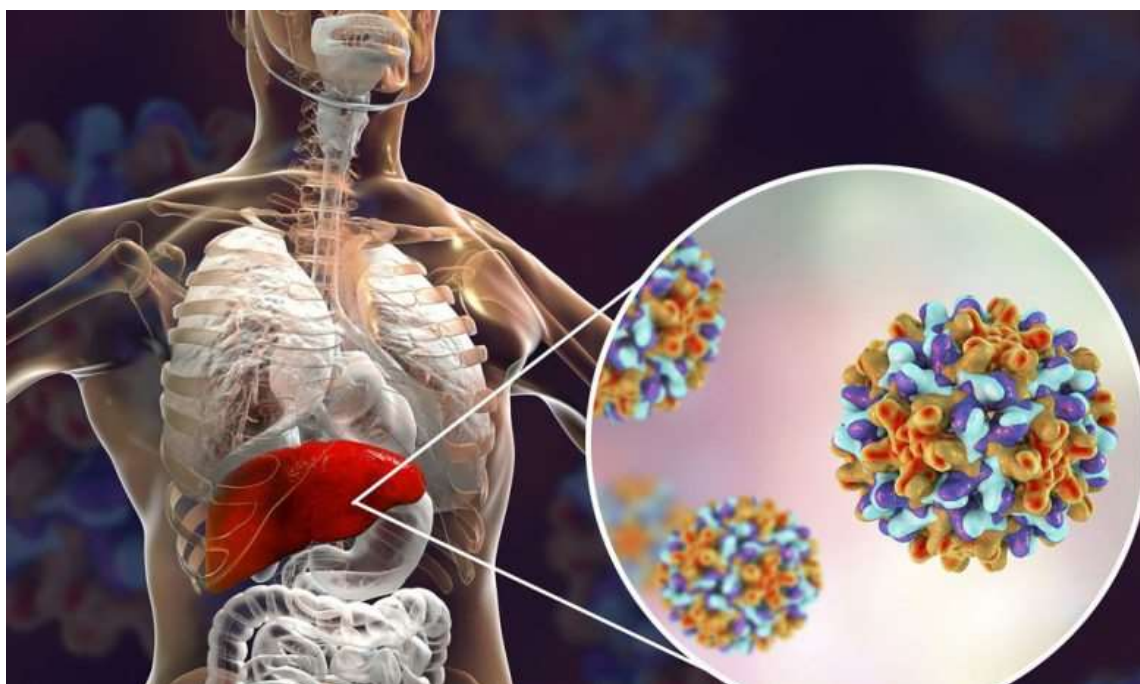




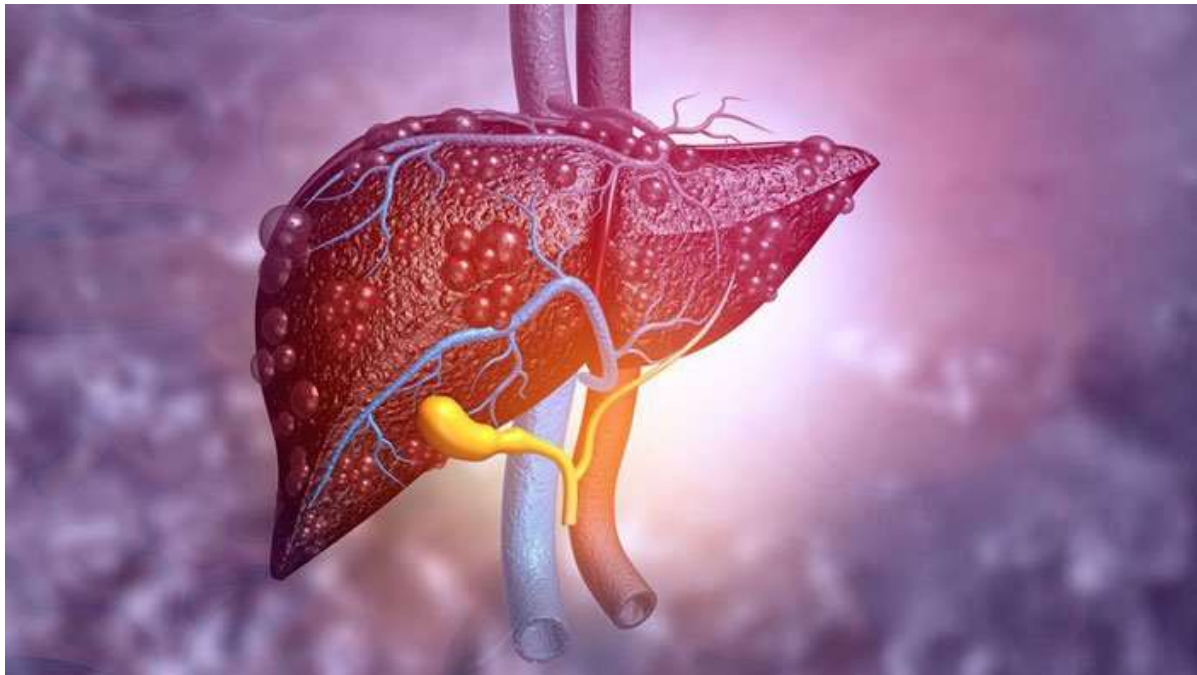
هپاتیت چیست؛ با انواع هپاتیت و راه درمان آن آشنا شوید



هپاتیت یک بیماری التهابی کبدی است. این بیماری معمولاً در اثر عفونت ویروسی ایجاد می‌شود، اما علل احتمالی دیگری نیز در ایجاد هپاتیت نقش دارند. این موارد شامل هپاتیت خود ایمنی و انواع دیگر هپاتیت هستند که در نتیجه عوارض ثانویه داروها، سموم و الکل روی می‌دهند. هپاتیت خود ایمنی نوعی بیماری است که در نتیجه ی تولید پادتن توسط بدن علیه بافت کبد ایجاد می شود.

کبد در بخش فوقانی راست شکم قرار دارد. این ارگان در انجام بسیاری از عملکردهای حیاتی مؤثر در متابولیسم بدن نقش دارد، این عملکردها شامل موارد زیر هستند:

- تولید صفرا که برای فرایند هضم ضروری است
- فیلتر کردن سموم از بدن
- دفع بیلی روبین (محصول حاصل از تجزیه ی گلبول های قرمز خون)، کلسترول، هورمون ها و داروها
- تجزیه کربوهیدرات ها، چربی ها و پروتئین ها
- فعال سازی آنزیم ها، که پروتئین های تخصصی ضروری برای عملکرد بدن هستند
- ذخیره گلیکوژن (نوعی قند)، مواد معدنی و ویتامین ها (A ، D ، K و E)
- سنتز پروتئین های خون، مانند آلبومین
- سنتز فاکتورهای انعقادی



انواع هپاتیت

عفونت های ویروسی کبد که در قالب هپاتیت طبقه بندی می شوند، شامل هپاتیت A، B، C، D و E هستند. عامل هر هپاتیت ویروسی یک ویروس متفاوت است.

هپاتیت A همواره یک بیماری حاد و کوتاه مدت است، در حالی که هپاتیت B، C و D عموماً پیشرونده و مزمن هستند. هپاتیت E معمولاً حاد است اما به ویژه در زنان باردار می تواند خطرناک باشد.

هپاتیت A

در اثر آلودگی به ویروس هپاتیت A (HAV) ایجاد می شود. این نوع هپاتیت غالباً با مصرف غذا یا آب آلوده به مدفوع شخص مبتلا به هپاتیت A انتقال می یابد.

هپاتیت B

از طریق تماس با مایعات عفونی بدن مانند خون، ترشحات واژینال یا مایع منی، که حاوی ویروس هپاتیت B یا (HBV) باشند، انتقال می یابد. مواد مخدر تزریقی، ارتباط جنسی با شریک جنسی مبتلا یا استفاده مشترک از ریش تراش خطر ابتلا به هپاتیت B را افزایش می دهد.

هپاتیت C

ناشی از ویروس هپاتیت C (HCV) است. هپاتیت C از طریق تماس مستقیم با مایعات آلوده بدن، عموماً از طریق داروهای تزریقی و تماس جنسی منتقل می شود.

هپاتیت D

که به آن دلتا هپاتیت نیز گفته می‌شود، از جمله بیماری‌های جدی کبدی است که در اثر ویروس هپاتیت D یا (HDV) ایجاد می‌شود. از طریق تماس مستقیم با خون آلوده انتقال می‌یابد. هپاتیت D نوع نادری از هپاتیت است که تنها همراه با عفونت هپاتیت B بروز می‌کند. ویروس هپاتیت D بدون وجود هپاتیت B نمی‌تواند تکثیر شود.

هپاتیت E

بیماری است که در اثر ویروس هپاتیت E یا (HEV) و در نتیجه مصرف آب آلوده ایجاد می‌شود. این بیماری عمدتاً در مناطقی با بهداشت ضعیف دیده می‌شود و معمولاً ناشی از مصرف منبع آب آلوده به مدفوع است.

علت ابتلا به هپاتیت غیر عفونی

الکل و سایر سموم

مصرف زیاد الکل می‌تواند موجب آسیب کبدی و التهاب شود. گاهی اوقات به این حالت هپاتیت الکلی نیز گفته می‌شود. الکل مستقیماً به سلول‌های کبد آسیب می‌رساند. این امر با گذشت زمان ممکن است باعث آسیب دائمی شده و منجر به نارسایی کبد و سیروز، ضخیم شدن و فیبروز شدن کبد شود.

سایر سمومی که بروز هپاتیت را در پی دارند شامل مصرف بیش از حد داروها و قرار گرفتن در معرض سموم می‌شوند.

واکنش سیستم خود ایمنی

در برخی موارد، سیستم ایمنی بدن به اشتباه کبد را به عنوان یک ماده مضر در نظر می‌گیرد و شروع به حمله به آن می‌کند. این بیماری منجر به ایجاد التهاب پیش رونده خفیف تا شدید شده و اغلب مانع از عملکرد کبد می‌شود. شیوع این بیماری در زنان سه برابر بیشتر از مردان است.

علائم شایع هپاتیت

در صورتی که فرد به انواع مزمن عفونت هپاتیت مانند هپاتیت B و C، مبتلا باشد، ممکن است در ابتدا علائمی در وی دیده نشود. این علائم ممکن است تا زمانی که آسیب، عملکرد کبد را تحت تأثیر قرار ندهد، خود را نشان ندهند.

علائم و نشانه های هپاتیت حاد به سرعت ظاهر می شوند. این علائم شامل موارد زیر هستند:

- خستگی
- علائم مشابه آنفولانزا
- ادرار تیره
- مدفوع کم رنگ
- درد شکم
- از دست دادن اشتها
- کاهش وزن غیر قابل توضیح
- پوست و چشم های زرد، که ممکن است علائم زردی باشند

هپاتیت مزمن به آرامی روی می دهد، بنابراین ممکن است این علائم و نشانه ها بسیار خفیف تر از آنچه جدی گرفته شوند، باشد.

علائم بیماری هپاتیت



تب خفیف



احساس خستگی و ضعف



حالت تهوع



از دست دادن اشتها



زردی
(زرد شدن پوست و چشم ها)



درد در ناحیه ی شکم



استفراغ



تیرگی ادرار، مدفوع خاکستری رنگ و اسهال

چگونگی تشخیص هپاتیت

شرح حال و معاینه فیزیکی

برای تشخیص هپاتیت، پزشک در ابتدا برای شناسایی هرگونه فاکتور خطر مربوط به هپاتیت عفونی یا غیر عفونی در مورد گذشته فرد با وی صحبت خواهد کرد.

در طی معاینه فیزیکی، پزشک ممکن است برای بررسی وجود درد یا حساسیت به آرامی شکم فرد را فشار دهد. ممکن است پزشک بزرگ شدن کبد فرد را احساس کند. در صورت زرد بودن پوست یا چشم فرد، پزشک این نکته را در طول معاینه مورد توجه قرار خواهد داد.

آزمایشات عملکرد کبد

آزمایشات عملکرد کبد برای تعیین میزان کارایی کبد از نمونه خون استفاده می کند. نتایج غیر طبیعی این آزمایشات، به ویژه اگر معاینه فیزیکی بیماری کبدی عاری از هرگونه نشانه باشد، ممکن است اولین نشانه مبنی بر وجود مشکل باشد. سطح بالای آنزیم کبد ممکن است نشانگر این باشد که کبد تحت استرس قرار دارد، یا آسیب دیده و یا عملکرد صحیحی ندارد.



سایر آزمایش های خون

در صورت غیرطبیعی بودن آزمایشات عملکرد کبد، احتمالاً پزشک به منظور تشخیص عامل ایجاد مشکل، دستور انجام سایر آزمایشات خونی را خواهد داد. این آزمایشات می توانند برای بررسی وجود ویروس های عامل هپاتیت و یا آنتی بادی های شایع در شرایطی مانند هپاتیت خود ایمنی، مورد استفاده قرار گیرند.

سونوگرافی

سونوگرافی شکمی از امواج فراصوت برای ایجاد تصویر اندام های داخل شکم استفاده می کند. این تست، امکان بررسی دقیق تر کبد و ارگان های مجاور آن را برای پزشک فراهم می کند. این روش می تواند موارد زیر را نشان دهد:

- وجود مایع در شکم
- آسیب یا بزرگ شدن کبد
- تومورهای کبدی
- ناهنجاری های کیسه صفرا

گاهی اوقات پانکراس نیز در تصاویر سونوگرافی دیده می شود. این روش می تواند رویکرد مفیدی برای تعیین علت عملکرد غیر طبیعی کبد در فرد باشد.

بیوپسی کبد

بیوپسی کبد یک روش تهاجمی است که شامل گرفتن نمونه ای از بافت کبد توسط پزشک است. این کار از طریق پوست، و با سوزن قابل انجام است و نیازی به جراحی ندارد. به طور معمول در هنگام گرفتن نمونه بیوپسی، از سونوگرافی برای راهنمایی پزشک استفاده می شود.

این آزمایش امکان شناسایی عامل عفونت یا التهاب کبد توسط پزشک را فراهم می کند. همچنین می توان از آن برای نمونه برداری از هر بخش از کبد که غیر طبیعی به نظر می رسد، استفاده کرد.

چگونگی درمان هپاتیت

گزینه های درمانی بر اساس نوع هپاتیت، و حاد یا مزمن بودن آن مشخص می شوند.

هپاتیت A: معمولاً نیازی به درمان ندارد، زیرا این یک بیماری کوتاه مدت است. در صورت که علائم با ناراحتی زیادی همراه باشند ممکن است استراحت مطلق توصیه شود. در صورت استفراغ یا اسهال، دستورات هیدراتاسیون و تغذیه ای پزشک را دنبال کنید.

هپاتیت B: حاد نیازی به درمان خاصی ندارد.

هپاتیت B مزمن با داروهای ضد ویروسی درمان می شود. این شکل از درمان ممکن است پرهزینه باشد، چراکه باید تا چندین ماه یا چندین سال ادامه یابد. درمان هپاتیت B مزمن به منظور ارزیابی پاسخ ویروس به درمان مستلزم پیگیری و نظارت منظم پزشکی است.

با انجام واکسیناسیون می توان از ابتلا به هپاتیت B جلوگیری کرد.

هپاتیت C: برای درمان هر دو نوع حاد و مزمن هپاتیت C از داروهای ضد ویروسی استفاده می شود. افرادی که به نوع مزمن هپاتیت C مبتلا می شوند عموماً با ترکیبی از داروهای ضد ویروسی مواجه می شوند. همچنین ممکن است برای تعیین بهترین نوع درمان به آزمایشات بیشتری نیاز داشته باشند.

افرادی در نتیجه هپاتیت C مزمن به سیروز (تشکیل بافت اسکار در کبد) یا بیماری کبدی مبتلا می شوند ممکن است برای پیوند کبد کاندید شوند. در حال حاضر هیچ واکسنی برای هپاتیت C وجود ندارد.

هپاتیت D: در حال حاضر هیچ داروی ضد ویروسی برای درمان هپاتیت D وجود ندارد. با انجام واکسیناسیون هپاتیت B می توان از ابتلا به هپاتیت D جلوگیری کرد، چراکه بروز هپاتیت D مستلزم ابتلا به عفونت هپاتیت B است.

هپاتیت E: در حال حاضر هیچ روش درمانی خاصی برای درمان هپاتیت E در دسترس نیست. از آنجا که این عفونت عموماً در قالب حاد ظاهر می شود، معمولاً به طور خود به خود برطرف می شود. اغلب به افراد مبتلا به این نوع عفونت توصیه می شود استراحت کافی داشته باشند، مایعات زیادی مصرف کنند، تغذیه کافی داشته باشند و از مصرف الکل خودداری کنند. با این حال، زنان بارداری که به این عفونت مبتلا هستند نیاز به نظارت و مراقبت دقیق دارند.

هپاتیت خود ایمنی

کورتیکواستروئیدها، مانند پردنیزون یا بودزونید، در درمان اولیه هپاتیت خود ایمنی بسیار حائز اهمیت هستند. این داروها در مورد حدود ۸۰ درصد از افراد مبتلا به این بیماری مؤثر هستند.



نکاتی برای پیشگیری از هپاتیت

رعایت بهداشت

تمرین بهداشت مؤثر یکی از راه های مهم برای جلوگیری از ابتلا به هپاتیت A و E است. در صورت سفر کردن به یک کشور در حال توسعه، باید از موارد زیر پرهیز کرد:

- آب محلی
- یخ
- صدف خام یا نیمه پخته
- میوه و سبزیجات خام

با رعایت موارد زیر می تواند از ابتلا به هپاتیت B ، C و D که از طریق خون آلوده انتقال می یابند، جلوگیری کرد:

- عدم استفاده از سوزن های مشترک مواد مخدر
- عدم استفاده از تیغ ریش تراشی مشترک
- عدم استفاده از مسواک شخص دیگران
- عدم تماس با خون ریخته

هپاتیت B و C از طریق مقاربت جنسی و تماس جنسی نزدیک قابل انتقال است. رابطه ی جنسی ایمن با استفاده از کاندوم و محافظ دندان می تواند به کاهش خطر عفونت کمک کند. شما می توانید گزینه های زیادی را برای خرید آنلاین پیدا کنید.

واکسن ها

استفاده از واکسن راهکار مهمی برای پیشگیری از هپاتیت بشمار می رود.