



آموزش به بیمار

هپاتیت B و C



بیمارستان آموزشی، پژوهشی،
درمانی شهید هاشمی تژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک

مشورت کنید:

- تب بالاتر از ۳۸ درجه سانتیگراد، یا تبی که از بین نمی رود
- درد شکم
- مدفوع کمرنگ یا بی رنگ
- تهوع و استفراغ
- کبودی یا خونریزی راحت تر
- تجمع مایع در شکم
- پاها یا مچ پاهای متورم
- رنگ زرد برای پوست و سفیدی چشم (یرقان)



منبع : سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی تژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵ را وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه
روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما
می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.
جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



در آپارات ما را
دنبال کنید

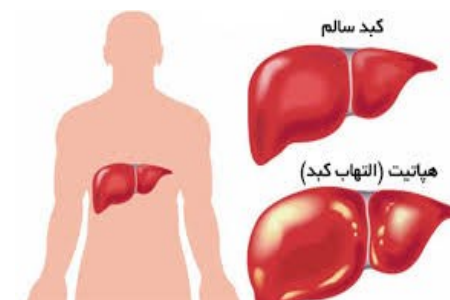


- در صورت خشکی دهان و عدم تمایل به مصرف آب، تکه های یخ را داخل دهان گذاشته یا آب را جرعه جرعه بنوشید؛ جویدن آدامس بدون قند نیز برای تحریک بزاق و رفع تشنگی مفید میباشد .

- در بیماران مبتلا به نارسایی کبد باید مصرف نمک محدود شود.

پیشگیری از ابتلا به هپاتیت

- تزریق واکسن هپاتیت B
- عدم استفاده از سوزن مشترک برای تزریق دارو یا مواد مخدر
- استفاده از دستکش در زمان تماس با خون یا زخم های دیگران
- اطمینان از ضدعفونی کردن وسایل تاتو یا سوراخ کننده گوش یا سایر قسمت های بدن
- پرهیز از به اشتراک گذاشتن وسایل شخصی مانند مسواک، تیغ یا ناخن گیر
- استفاده از کاندوم در حین رابطه جنسی



مطالب پیش روی شما محتوی مطالب آموزشی برای مراقبت از بیمارستان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



هپاتیت چیست؟

هپاتیت به معنی التهاب کبد است و در میان همه مردم به یرقان و زردی مشهور است. این التهاب می تواند به شکل حاد(کمتر از ۶ ماه) یا مزمن (بیش از ۶ ماه) باشد. در صورتی که هپاتیت مزمن درمان نشود می تواند باعث پیشرفت بیماری به سمت سیروز کبدی (نارسایی کبدی) و سرطان کبد شود.

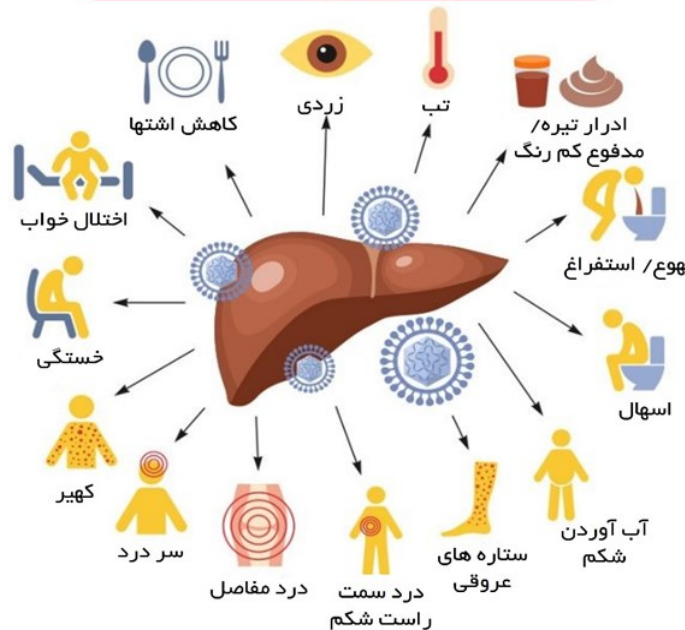
چه افرادی در معرض خطر هستند؟

- ♦ کارکنان مراکز بهداشتی
- ♦ افرادی که خالکوبی می کنند
- ♦ تزریق مکرر خون یا فرآورده های خونی
- ♦ مصرف کنندگان داروهای تزریقی(معتادان)
- ♦ انتقال مادر به فرزند
- ♦ رفتارهای پرخطر مثل تماس جنسی خارج از خانواده
- ♦ استفاده از وسایل پزشکی و دندان پزشکی آلوده
- ♦ بیمارانی که دیالیز می شوند

علائم :

هپاتیت اغلب بدون علامت است و اکثراً بطور اتفاقی طی آزمایشات معمولی یا اهدای خون تشخیص داده می شود که بالا بودن آزمایشات کبدی می تواند اولین علامت باشد.

علائم هپاتیت B و C



درمان:

درمان هپاتیت B و C مزمن برای افرادی که ۶ ماه یا بیشتر به ویروس آلوده هستند، شامل موارد زیر است:

- مصرف قرص های ضدویروسی: روش دارویی برای توقف فعالیت ویروس استفاده می کند. مصرف داروها به تدریج التهاب و ورم کبد را کاهش می دهد و ریسک انتقال بیماری به دیگران را کاهش خواهد داد.

در صورتی که مصرف داروهای تزریقی و خوراکی موثر نباشند و کبد دچار آسیب جدی شده باشد، پیوند کبد به عنوان آخرین راه درمان معرفی می شود.

- اصلاح سبک زندگی به منظور جلوگیری از آسیب به کبد
- ترک مصرف الکل

رژیم غذایی در هپاتیت حاد:

- در مرحله شروع بیماری محدودیت پروتئین و چربی.
- در مرحله بهبودی مصرف رژیم پرکالری، پرپروتئین و چربی متعادل و ویتامین ها و املاح.
- **مواد غذایی پرپروتئین:** گوشت، مرغ، ماهی، غلات، تخم مرغ، لبنیات، حبوبات
- **مواد غذایی سرشار از ویتامین:** میوه ها، سبزیجات تازه، غلات، آجیل و مغزها.
- در صورت وجود بی اشتها یا تهوع و استفراغ، غذا در حجم کم و دفعات متعدد مصرف شود و کاهش وزن بیش از ۵/۲ کیلوگرم را به پزشک اطلاع دهید.
- از مصرف الکل اجتناب کنید .
- مایعات بخصوص آبمیوه های تازه مصرف نمایند.
- برای مقابله با تهوع می توان از زنجبیل تازه استفاده کرد.
- آنتی اسید و داروهای ضداسهال تجویز شده را مصرف نموده و در صورت استفراغ مداوم به پزشک مراجعه نمایند.

