

هپاتیت C – آنچه باید بدانید

- 1.1 هپاتیت C چیست؟
- 2.1 آیا هپاتیت C با هپاتیت A و B یکی است؟
- 3.1 چگونه به هپاتیت C مبتلا میشوید؟
- 4.1 هپاتیت C چه میکند؟
- 5.1 آزمایش برای هپاتیت C
- 6.1 هپاتیت C و سلامتی فردی
- 7.1 معالجه هپاتیت C
- 8.1 جلوگیری از ابتلاء به هپاتیت C در جامعه
- 9.1 حمایت و آگاهی
- 10.1 برای اطلاع بیشتر

1.1 هپاتیت C چیست؟

لغت هپاتیت یعنی تورم کبد. این تورم ممکن است بوسیله مواد شیمیایی، دارو، صرف زیاد مشروب الکلی، و یا ویروس ایجاد شود. هپاتیت C (HCV)، یا "hep C" بوسیله ویروس هپاتیت C ایجاد میشود.

2.1 آیا هپاتیت C با هپاتیت A و هپاتیت B یکی است؟

هپاتیت A، هپاتیت B و هپاتیت C ویروس های جداگانه ای هستند که باعث تورم کبد میشوند. هریک از ویروس ها بطریق مختلفی سرایت میکند. شما میتوانید بر علیه هپاتیت A و هپاتیت B ایمن سازی بشوید ولی برای جلوگیری از هپاتیت C واکسن وجود ندارد. امکان دارد که همزمان به هپاتیت های مختلف مبتلا بشوید.

تقریباً از هر 100 نفر در استرالیا و جهان یک نفر مبتلا به هپاتیت C میباشند و بسیاری از مردم نمیدانند که به آن مبتلا هستند. مردم ممکن است مبتلا به هپاتیت C باشند و ندانند زیرا سالها طول میکشد تا عوارض آن ظاهر گردد.

1.3 چگونه به هپاتیت C مبتلا میشوید؟

هپاتیت C از طریق خون منتقل میگردد. وقتی خون از کسی که مبتلا به هپاتیت C میباشد وارد جریان خون دیگری میشود. این را تماس خون با خون مینامند. حتی اگر مقدار خون آنقدر کم باشد که دیده نشود، میتواند ویروس را منتقل کند. افسانه ها و خرافات بسیاری در مورد نحوه انتقال هپاتیت C وجود دارد. لذا مهم است بخاطر داشته باشید که:

شما میتوانید از طرق زیر به هپاتیت C مبتلا شوید:

خطر جدی

- کارهای طبی یا دندانپزشکی و یا کارهای طبی سنتی که ضد عفونی نشده اند و پوست سوراخ میگردند. در بسیاری از کشورها این معمول ترین راه انتقال هپاتیت C میباشند. در استرالیا انتقال خون، تلقیح واکسن، و کارهای طبی مصون از خطر میباشند.
- استفاده دوباره از وسایل تزریقی دیگران برای تزریق مواد مخدر، از جمله استروئید. این معمول ترین راه انتقال هپاتیت C در استرالیا میباشند.
- خالکوبی یا سوراخ کردن پوست ضد عفونی نشده

خطر کمتر

- جراحیات فرو رفتن سوزن در کارکنان بهداشتی
 - چنانچه مادر مبتلا به هپاتیت C باشد ممکن است در دوران حاملگی یا وضع حمل از مادر به کودک سرایت کند.
 - انتقال خون در استرالیا قبل از 1990
 - استعمال مجدد از وسایل خصوصی دیگران مانند تیغ صورت تراشی یا مسواک، چنانچه در آن خون وجود داشته باشد.
 - تماس خون با خون در موقع نزدیکی جنسی
 - جراحیات سوزن توسط سوزنهای تزریقی مواد مخدر که در محلهای عمومی دور انداخته شده اند.
- در تمام نقاط دنیا هپاتیت C وجود دارد. در استرالیا، کشوری که در آن متولد شده اید و سایر کشورها خطر وجود دارد.

شما نمیتوانید از راههای زیر هپاتیت C یگیرید:

- توالت مشترک
- ظروف خوراک یا لیوانهای آشامیدنی
- سرفه، عطسه، بوسیدن، و در آغوش گرفتن
- استخرهای شنا
- نیش پشه و سایر حشرات.

4.1 هپاتیت C چه میکند؟

- از هر 100 نفر با هپاتیت C
 - از هر چهار نفر یک نفر بطور طبیعی در 12 ماه اول از شر ویروس خلاص میشود
 - 75% بقیه ویروس را در بدنشان دارند بدون اینکه عارضه ای را احساس کنند
 - 30 نفر از آنها بدون معالجه طبی دچار عارضه میگردند که بین 10 تا 15 سال بعد از ابتلا عواض آن قابل توجه میشوند
 - بعد از 20 سال تقریباً 10 نفر بدون معالجه دچار بیماری شدید کبد میشوند. پنج نفر از آنان دچار نارسائی و یا سرطان کبد میشوند

بسیاری از مردم دچار عوارض هپاتیت C نمیشوند. اگر کسی دچار عوارض میشود معمول ترین عارضه خستگی، حالت تهوع و درد شکم میباشند.

5.1 آزمایش برای هپاتیت C

باید آزمایش هپاتیت C را در نظر بگیرید اگر:

- هرگز انتقال خون، تلقیح واکسن یا عملیات طبی در کشور دیگری داشته اید و مطمئن نیستید که ضد عفونی شده بوده اند یا نه
- آیا هرگز عملیات طبی سنتی، خالکوبی یا سوراخ شدن پوست داشته اید و مطمئن نیستید که ضد عفونی شده بوده اند یا نه
- آیا هرگز مواد مخدر تزریق کرده اید و یا از وسایل تزریق مصرف شده استفاده کرده اید، یا به کس دیگری برای تزریق مواد مخدر (از جمله استروئید) کمک کرده اید
- هرگز در زندان بوده اید و مواد مخدر از جمله استروئید تزریق کرده اید یا از وسایل تزریق مصرف شده استفاده کرده اید، یا خالکوبی یا سوراخ شدن پوست، یا از تیغ اصلاح و مسواک دیگری استفاده کرده اید.
- مطمئن نیستید که خالکوبی و سوراخ کردن پوست با وسایل ضد عفونی شده انجام گرفته یا نه
- قبل از فوریه 1990 در استرالیا انتقال خون داشته اید.

تنها راه برای اینکه بدانید هپاتیت C دارید یا نه آزمایش خون میباشند. میتوانید از دکترتان بخواهید که ترتیب این آزمایش را بدهد.

میتوانید تقاضای مترجم کنید و مترجم حق محرمانه بودن شما را محترم بشمارد.

بعضی از کلینیک های سلامت جنسی ترتیب آزمایش محرمانه هپاتیت C را میدهند. شما برای مراجعه به کلینیک سلامت جنسی احتیاجی به کارت مدیگر ندارید.

6.1 هپاتیت C و سلامت شخصی

اگر هپاتیت C دارید مهم است که برای کنترل مرتب به دکتر مراجعه کنید و سعی نمائید تا آنجا که ممکن است بطور مداوم سلامتی خود را حفظ کنید.

موسسه هپاتیت در ایالت یا ناحیه شما میتواند اطلاعات و پشتیبانی بیشتری در مورد زندگی با هپاتیت C به شما ارائه نماید.

7.1 معالجه هپاتیت C

معالجات جدیدی برای هپاتیت C وجود دارد که موثر، آسان با عوارض جانبی کم میباشند.

نه فقط معالجه جدید را بکار میبرند بلکه 90-95% شانس معالجه هپاتیت C دارد. مدت زمان معالجه نیز خیلی از قبل کوتاه تر است.

دکترهای عمومی (GPs) و همچنین دکترهای متخصص میتوانند این معالجات را تجویز کنند و این امر، معالجه شدن افراد را آسانتر میکند.

معالجات جدید direct-acting antivirals یا DAAs نامیده میشوند و بصورت قرص خورده میشوند. در بعضی موارد داروهای دیگری بنام Ribavirin و Pegylated Interferon ممکن است به معالجه اضافه شود. Pegylated Interferon بصورت تزریق داده میشود.

معالجه بین 8 تا 24 هفته طول میکشد و برای همه کسانی که هپاتیت C دارند توصیه میگردد.

8.1 جلوگیری از شیوع هپاتیت C در جامعه

در سراسر دنیا به روشهای زیر از سرایت ویروس هپاتیت C جلوگیری میشود:

- غربال خونهای اهدائی
- ارائه وسایل ضد عفونی شده تزریق به تزریق کنندگان مواد مخدر و آموزش آنها (کاهش صدمه)
- ضد عفونی کردن وسایل پزشکی و عملیات سنتی طبی
- انجام خالکوبی و سوراخ کردن پوست با رعایت ضد عفونی

برنامه سوزن و سرنگ (NSP) به کاهش صدمه وارد شدن بخاطر مصرف مواد مخدر در استرالیا و سراسر دنیا کمک میکند.

شواهد نشان میدهند که در استرالیا NSPs در جلوگیری از انتقال هپاتیت C موفقیت آمیز بوده است. این اثرات بدی را که این بیماری بر روی جامعه دارد کاهش داده و بیلیون ها دلار بِنفع جامعه بوده است.

9.1 حمایت و آگاهی

هپاتیت C همراه با بدن نامی و سوء تفاهم است. این میتواند افراد را خجل و گوشه گیر کند. حمایت و آگاهی میتواند ابتلا به هپاتیت C را برای خانواده مان، دوستان، و جامعه آسانتر کند.

یکی از بزرگترین مسائل برای مبتلایان به هپاتیت C این است که به چه کسی بگویند (افشاء کردن) اگر کسی به شما بگوید که هپاتیت C دارد شما نباید به احدی بگوئید مگر اینکه او به شما چنین اجازه ای را داده باشد. نقض اعتماد میتواند فشار روحی بوجود بیاورد.

در استرالیا کسی را بخاطر ابتلا به هپاتیت C مورد تبعیض قرار دادن خلاف قانون است. این شامل استخدام نیز میشود. اگر شما مبتلا به هپاتیت C هستید ملزم نیستید به کسی بگوئید مگر اینکه برای بیمه عمر درخواست دهید و یا خون اهدا میکنید. کارکنان بخش بهداشت حق ندارند مشخصات و اطلاعات شخصی شما را بدون اجازه تان به کسی یا محلی بدهند.

موسسه هپاتیت ایلت و یا ناحیه تان میتوانند اطلاعات و حمایت محرمانه در مورد افشاء، تبعیض و استخدام را اختیار شما قرار دهند.

10.1 برای اطلاعات بیشتر

اگر میخواهید به زبان خودتان در مورد هر یک از این خدمات صحبت کنید، میتوانید بوسیله شماره 131450 با اداره ترجمه کتبی و شفاهی (TIS) تماس بگیرید. (به هزینه یک تلفن محلی) و مترجم تقاضا کنید و وقتی مترجم روی خط میآید بگوئید به شماره ای که میخواهید تلفن کند. آنوقت میتوانید از طریق مترجم با جایی که در نظر دارید صحبت کنید.

*اداره کامنولت بهداشت و سالخوردهگی: سود سرمایه گذاری در برنامه سوزن و سرنگ در استرالیا. کانبریا 2002