

الالتهاب الكبدي (ج) Hepatitis C

الالتهاب الكبدي هو التهاب في الكبد يسببه أحد فيروسات التهاب الكبد الكثيرة. في بريتيش كولومبيا، أكثر الأنواع شيوعًا هي الالتهاب الكبدي (أ) و(ب) و(ج). لا يُنقل الالتهاب الكبدي (ج) إلا عبر الاتصال بالدم.

يُعد الالتهاب الكبدي (ج) أكثر أنواع العدوى الكبدية الفيروسية التي يتم الإبلاغ عنها في بريتيش كولومبيا.

بعض الناس يتخلصون من الالتهاب الكبدي (ج) من أجسامهم، ما يعني أن الفيروس يختفي من تلقاء ذاته. معظم الناس لا يتخلصون من الفيروس ويمكن أن يصبح الالتهاب الكبدي (ج) حالة طويلة الأجل (مزمنة). إلا أنه يمكن إدارة الالتهاب الكبدي (ج) وعادة ما يشفى باستخدام أدوية مضادة للفيروسات.

الأسباب Causes

يتم نقل الالتهاب الكبدي (ج) عبر الاتصال بين دم ودم. غالبًا ما يتم نقله عبر ما يلي:

- مشاركة أدوات تعاطي المخدرات مثل الإبر والسرنجات والأنابيب.
- عمليات نقل الدم أو منتجات الدم في بلد لا يتم فيه فحص إمدادات الدم للتحقق من خلوها من الالتهاب الكبدي (ج). في كندا، لا ينطبق هذا إلا على عمليات نقل الدم قبل العام ١٩٩٢. لكن اعتبارًا من حزيران/يونيو ١٩٩٢، تم فحص كل الدم ومنتجاته في كندا للتحقق من خلوها من الالتهاب الكبدي (ج).
- الوشم أو ثقب الجسم أو الوخز بالإبر أو التحليل الكهربائي إذا كانت الأدوات المستخدمة غير معقمة.
- الاتصال الجنسي حيث يتم تبادل الدم، ولا سيما إذا كان الشخص يعاني من أحد الأمراض المنقولة جنسيًا أو يعيش بفيروس العوز المناعي البشري.

لا ينتشر الالتهاب الكبدي (ج) عبر التلامس العرضي، مثل الاحتضان أو التقبيل أو العطس أو السعال أو مشاركة الأطعمة أو المشروبات.

إذا كنت مصابًا بالالتهاب الكبدي (ج)، يمكنك أن تنقله للآخرين حتى لو لم تكن لديك الأعراض.

الأعراض Symptoms

من الشائع ألا تلاحظ أية أعراض مع الالتهاب الكبدي (ج). إذا كانت لديك الأعراض، فمن المرجح أن تظهر بعد بين ٦ و٧ أسابيع من التعرض له. تتضمن أكثر الأعراض شيوعًا ما يلي:

- الحمى
- الشعور بالتعب
- ألم في العضلات
- فقدان الشهية والقيء
- ألم بالمعدة
- اليرقان (وهو اصفرار البشرة أو العين)

الفحوصات والتشخيص Tests and Diagnosis

عادة ما تتم فحوصات الالتهاب الكبدي (ج) عن طريق عينة دم. من الأفضل إجراء فحوصات الالتهاب الكبدي (ج) إذا:

- كانت لديك الأعراض
- لديك عشير جنسي مارست معه الجنس الشرجي وثبتت إصابته بالالتهاب الكبدي (ج)
- كنت قد شاركت أدوات تعاطي المخدرات

الفترة الزمنية (كم من الوقت تنتظر قبل إجراء الفحوصات):

Window Period (how long to wait before testing):

تكون معظم نتائج الفحوصات دقيقة بعد بين ٥ و ١٠ أسابيع من تعرضك للالتهاب الكبدي (ج). في بريتيش كولومبيا، يُتوقع أن تكون معظم نتائج الفحوصات جاهزة في غضون ١٠ أيام.

العلاج

Treatment

يتم علاج الالتهاب الكبدي (ج) وعادة ما يشفى باستخدام أدوية مضادة للفيروسات. إذا تمت تشخيص حالتك على أنها إصابة بالالتهاب الكبدي (ج)، ينبغي أن تجري فحصاً لدى مقدم رعايتك الصحية كل ٦ إلى ١٢ شهراً. حتى إذا لم تكن لديك الأعراض، يمكن أن يكون الالتهاب الكبدي (ج) مدمراً لكبدك.

إذا كان لديك الالتهاب الكبدي (ج)، قد تريد المزيد من المعلومات أو التحدث إلى الآخرين الذين لديهم العدوى. يمكن لشبكة الباسيفيكي للالتهاب الكبدي (ج) (Pacific Hepatitis C Network) أن تصلك بالموارد وجماعات الدعم المحلي في منطقتك.

المضاعفات

Complications

يمكن أن تؤدي عدوى الالتهاب الكبدي (ج) إلى مضاعفات خطيرة، منها:

- التليف الكبدي
- سرطان الكبد
- الحاجة لزراعة كبد

الحمل (Pregnancy): ابغى مقدم رعايتك الصحية إذا كنت حاملاً ومصابة بالالتهاب الكبدي (ج). يمكنك أن تنقل الالتهاب الكبدي (ج) إلى طفلك أثناء الولادة. لا تزال نشجع الرضاعة الطبيعية، لكن تحدثي إلى مقدم رعايتك الصحية.

الوقاية

Prevention

لا يوجد في الوقت الراهن أي لقاح للالتهاب الكبدي (ج). إذا كنت مصاباً بالالتهاب الكبدي (ج)، ينبغي تطعيمك ضد الالتهاب الكبدي (أ) (ب) ومرض المكورات الرئوية. يُتوقع أن تكون هذه اللقاحات مجانية من وحدتك الصحية المحلية أو طبيب الأسرة.

لمنع الإصابة بالالتهاب الكبدي (ج)، يمكنك:

- استخدام الواقيات الجنسية
- عدم مشاركة أدوات تعاطي المخدرات مثل الإبر
- استخدام أدوات تعاطي مخدرات جديدة في كل مرة تتعاطى فيها المخدرات
- استخدام أدوات جديدة للوشوم وثقوب الجسم
- عدم مشاركة فرش الأسنان أو أمواس الحلاقة أو أية منتجات منزلية أخرى قد تحتوي دمًا عليها

من الجيد أن تجري فحوصات منتظمة فيما يتعلق بالأمراض المنقولة جنسيًا، ولا سيما إذا كان لديك عشراء جنسيون جدد أو إذا كنت في علاقات مفتوحة. كما أن التحدث مع عشرائك حول الجنس الأكثر أمانًا يضمن أن الجميع يعرفون ما يتوقعون. الواقيات الجنسية تكون رائعة إذا كانت مناسبة لك، حيث أن الاستخدام الصحيح لها يقلل من فرص إصابتك بالالتهاب الكبدي (ج) ونقله.

الموارد Resources

HealthLink BC، معلومات حول الالتهاب الكبدي (ج) بلغات متعددة
<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hepatitis-c-virus>

HealthLink BC، معلومات حول كيف تعيش بصورة جيدة مع الالتهاب الكبدي (ج)
<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/living-well-hepatitis-c-virus>

المنظمة الكندية لتبادل معلومات علاج الإيدز (CATIE)، معلومات حول الالتهاب الكبدي (ج)
<https://www.catie.ca/en/hepatitis-c>

جواز الالتهاب الكبدي (ج) - وهو كتيب جيب للأشخاص الذين يعيشون مع الالتهاب الكبدي (ج) حيث يستطيعون أن يراقبوا نتائج الفحوصات مع مرور الوقت (من إعداد منظمة CATIE)
<http://www.catie.ca/en/resources/hep-c-passport>

أساسيات الالتهاب الكبدي (ج) - معلومات حول الفحوصات الخاصة بالالتهاب الكبدي (ج) وعلاجه (من إعداد منظمة CATIE)
<http://www.catie.ca/en/basics/hepatitis-c>

أساسيات علاج الالتهاب الكبدي (ج) - معلومات أساسية حول العلاجات الحالية الخاصة بالالتهاب الكبدي (ج) (من إعداد منظمة CATIE)
<http://www.catie.ca/en/basics/hepatitis-c-treatment-basics>

الهيئة الكندية للتوعية من الالتهاب الكبدي (Hepatitis Education Canada) - معلومات وموارد حول الالتهاب الكبدي (ج) (من إعداد جامعة بريتيش كولومبيا)
<http://hepatitiseducation.med.ubc.ca>

شبكة الباسيفيكي للالتهاب الكبدي (Pacific Hepatitis Network) - معلومات وموارد ودعم حول الالتهاب الكبدي (ج)
<http://www.pacifichepc.org>

المساعدة للالتهاب الكبدي في بريتيش كولومبيا (Help 4 Hep BC) - خط مساعدة من نظير لنظير للأشخاص الذين تم تشخيص حالتهم على أنها إصابة بالالتهاب الكبدي (ج)، تقدمها شبكة الباسيفيكي للالتهاب الكبدي (1-888-411-7578)
<http://www.help4hepbcc.ca>

SmartSexResource، إذا كنت قلقًا أو يساورك القلق حول الالتهاب الكبدي (ج)
<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC، معلومات صحية جنسية وإيجابية مؤكدة على نوع الجنس
<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>