

هپاتیت C Hepatitis C

هپاتیت نوعی التهاب کبد است که توسط یکی از چندین ویروس هپاتیت ایجاد می‌شود. در بریتیش کلمبیا، شایع‌ترین انواع هپاتیت A، B و C هستند. هپاتیت C فقط از طریق تماس با خون منتقل می‌شود.

هپاتیت C شایع‌ترین شکل عفونت هپاتیت ویروسی است که در بریتیش کلمبیا گزارش شده است.

هپاتیت C از بدن برخی افراد خارج می‌شود، به این معنی که ویروس خود به خود از بین می‌رود. اما بدن اکثر افراد از ویروس پاک نمی‌شود و هپاتیت C می‌تواند به یک بیماری طولانی مدت (مزمن) تبدیل شود. با این حال، هپاتیت C را می‌توان با داروهای ضد ویروسی کنترل و معمولاً درمان کرد.

علل Causes

هپاتیت C از طریق تماس خونی منتقل می‌شود. هپاتیت C اغلب از طریق موارد زیر منتقل می‌شود:

- استفاده اشتراکی از وسایل مصرف مواد مخدر مانند سوزن، سرنگ و پایپ.
- انتقال خون یا فرآورده‌های خونی در کشوری که منابع خون از نظر هپاتیت C آزمایش نمی‌شود. در کانادا، این امر صرفاً محدود به موارد انتقال خون قبل از سال 1992 است. از ژوئن 1992، تمام خون و فرآورده‌های خونی در کانادا از نظر هپاتیت C غربالگری شده‌اند.
- خالکوبی، پیرسینگ بدن، طب سوزنی یا الکترولیز در صورتی که تجهیزات استریل نباشد.
- تماس جنسی که در آن خون رد و بدل می‌شود، به خصوص زمانی که یک فرد مبتلا به عفونت مقاربتی یا HIV است.

هپاتیت C از طریق تماس‌های عادی مانند در آغوش گرفتن، بوسیدن، عطسه، سرفه، یا به اشتراک گذاشتن غذا یا نوشیدنی منتقل نمی‌شود.

اگر به هپاتیت C مبتلا شوید، حتی اگر علائمی نداشته باشید، می‌توانید آن را به دیگران منتقل کنید.

علائم Symptoms

اگر مبتلا به هپاتیت C هستید، معمولاً متوجه هیچ علائمی نمی‌شوید. اگر علائمی داشته باشید، به احتمال زیاد بین 6 تا 7 هفته پس از تماس ظاهر می‌شوند. شایع‌ترین علائم عبارتند از:

- تب
- احساس خستگی
- درد عضلانی
- از دست دادن اشتها و حالت تهوع
- شکم درد
- یرقان (زردی پوست یا چشم)

آزمایشات و تشخیص Tests and Diagnosis

آزمایش هپاتیت C معمولاً با نمونه خون انجام می‌شود. بهتر است در موارد زیر آزمایش هپاتیت C بدهید:

- وجود علائم
- داشتن شریک جنسی که با او رابطه مقعدی دارید و آزمایش هپاتیت C او مثبت شده است
- استفاده اشتراکی از وسایل مصرف مواد

دوره پنجره (چقدر باید قبل از آزمایش صبر کرد):

اکثر نتایج آزمایش 5 تا 10 هفته پس از تماس شما با هپاتیت C دقیق هستند. در بریتیش کلمبیا، اکثر نتایج آزمایش باید ظرف 10 روز آماده شوند.

درمان Treatment

هپاتیت C را می‌توان با داروهای ضد ویروسی بهبود بخشید و در بسیاری از موارد درمان کرد. اگر هپاتیت C در شما تشخیص داده شده است، باید هر 6 تا 12 ماه یک بار توسط ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود معاینه شوید. حتی اگر هیچ علائمی نداشته باشید، هپاتیت C همچنان می‌تواند به کبد شما آسیب برساند.

اگر هپاتیت C دارید، ممکن است بخواهید اطلاعات بیشتری کسب کنید یا با افرادی که به این عفونت مبتلا هستند صحبت کنید. شبکه هپاتیت C پاسیفیک (Pacific Hepatitis C Network) می‌تواند شما را با منابع و گروه‌های پشتیبانی محلی در منطقه خودتان مرتبط کند.

عوارض Complications

هپاتیت C می‌تواند منجر به عوارض جدی از جمله موارد زیر شود:

- سیروز
- سرطان کبد
- نیاز به پیوند کبد

پاراداری: اگر باردار هستید و هپاتیت C دارید، به ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود اطلاع دهید. می‌توانید هپاتیت C را در حین تولد به فرزند خود منتقل کنید. معمولاً تغذیه با شیر مادر توصیه می‌شود اما با ارائه دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کنید.

جلوگیری Prevention

در حال حاضر هیچ واکسنی برای هپاتیت C وجود ندارد. اگر هپاتیت C دارید، باید علیه هپاتیت A، هپاتیت B و بیماری پنوموکوک واکسینه شوید. این واکسن‌ها در واحد بهداشت محلی یا پزشک خانواده شما باید بصورت رایگان در دسترس باشد.

برای جلوگیری از هپاتیت C می‌توانید موارد زیر را انجام دهید:

- از کاندوم استفاده کنید
- وسایل مصرف مواد مانند سوزن سرنگ را به اشتراک نگذارید
- هر بار که مواد مخدر مصرف می‌کنید از وسایل جدید استفاده کنید
- از وسایل جدید برای خالکوبی و پیرسینگ بدن استفاده کنید
- از به اشتراک گذاشتن مسواک، تیغ یا سایر وسایل شخصی که ممکن است خون روی آنها وجود داشته باشد اجتناب کنید

بهتر است که به طور منظم برای بیماری‌های مقاربتی آزمایش بدهید، به خصوص اگر شریک جنسی جدید یا روابط باز دارید. صحبت کردن با شریک زندگی در مورد رابطه جنسی ایمن باعث می‌شود که همه بدانند چه انتظاری داشته باشند. کاندوم عالی است به شرطی که برای شما کارساز باشد – استفاده صحیح از کاندوم احتمال ابتلا و انتقال هپاتیت C را کاهش می‌دهد.

منابع Resources

HealthLink BC – اطلاعات در مورد هپاتیت C به چندین زبان

<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/hepatitis-c-virus>

HealthLink BC – اطلاعاتی در مورد زندگی خوب با هپاتیت C

<https://www.healthlinkbc.ca/healthlinkbc-files/living-well-hepatitis-c-virus>

CATIE - اطلاعاتی در خصوص هپاتیت C

<https://www.catie.ca/en/hepatitis-c>

پاسپورت هپاتیت C - یک دفترچه جیبی برای افراد مبتلا به هپاتیت C که در آن می‌توانند بر نتایج آزمایش در طول زمان نظارت داشته باشند (توسط CATIE)

<http://www.catie.ca/en/resources/hep-c-passport>

مبانی هپاتیت C - اطلاعاتی در مورد آزمایش و درمان هپاتیت C (توسط CATIE)

<http://www.catie.ca/en/basics/hepatitis-c>

مبانی درمان هپاتیت C - اطلاعات اولیه در مورد درمان‌های فعلی هپاتیت C (توسط CATIE)

<http://www.catie.ca/en/basics/hepatitis-c-treatment-basics>

آموزش هپاتیت کانادا – اطلاعات و منابع در مورد هپاتیت C (توسط دانشگاه بریتیش کلمبیا)

<http://hepatitiseducation.med.ubc.ca/>

شبکه هپاتیت پاسیفیک – اطلاعات، منابع و پشتیبانی در مورد هپاتیت C

<http://www.pacifichepc.org/>

Help 4 Hep BC – خط تلفنی راهنمایی و مشاوره هم‌تا به هم‌تا برای افراد مبتلا به هپاتیت C، ارائه شده توسط شبکه هپاتیت پاسیفیک (1-888-411-7578)

<http://www.help4hepbc.ca/>

SmartSexResource (منبع سکس هوشمند) - اگر نگران هپاتیت C هستید یا درباره آن اضطراب دارید

<https://smartsexresource.com/topics/worry-and-anxiety>

TransCareBC - اطلاعات سلامت جنسی و باروری تأیید کننده جنسیت

<http://www.phsa.ca/transcarebc/care-support/access-care/sexual-hlth>