

هپاتیت نوع A چیست؟

این نوع ویروس هپاتیت از طریق مدفوع منتقل می‌شود و به راحتی از فردی به فرد دیگر سرایت می‌کند. بیمار (به خصوص و شایعتر در کودکان) ممکن است در اثر تماس دستش با چیزی که با مدفوع فردی دارای ویروس تماس داشته به این بیماری مبتلا شود. هپاتیت نوع A در شرایط غیر بهداشتی پخش می‌شود. این ویروس می‌تواند از طریق آب یا غذای آلوده منتقل شود. شیوع این بیماری معمولاً در مهدکودک‌ها و محل‌هایی که کودکان در کنار هم بازی می‌کنند اتفاق می‌افتد. اغلب کودکان مبتلا علامتی از بیماری را نشان نمی‌دهند، ولی بزرگسالان علائم کامل هپاتیت را پیدا می‌کنند.

چطور می‌توانم بفهمم که کودکم هپاتیت نوع

A دارد؟

در موارد شدید ابتلا، نشانه‌های آن عبارتند از تب، خستگی، بی‌اشتهایی، استفراغ، دل‌پیچه، ادرار تیره رنگ و زردی. این نشانه‌ها معمولاً از ۲ هفته تا ۲ ماه طول میکشند و گاهی ممکن است بیشتر هم طول بکشند. با وجود این اکثر کودکان مبتلا به ویروس هیچ نشانه‌ای از بیماری نشان نمی‌دهند. اگر فکر می‌کنید که کودک نوپای شما به این ویروس مبتلا شده است، با پزشک صحبت کنید



راه‌های انتقال

عمده‌ترین راه انتقال آن از طریق مدفوعی - دهانی می‌باشد یعنی در مناطقی که بهداشت رعایت نشده و پس از دستشویی، دست‌ها با آب و صابون شسته نمی‌شود و با همان دست غذا خورده می‌شود. این ویروس به راحتی انتقال می‌یابد. همچنین در اثر آب، غذاهای و شیر آلوده و همچنین در اثر خوردن صدف و گوشت نپخته ماهی یا غذاهایی که به وسیله اشخاص مبتلا طبخ می‌شوند، انتقال می‌یابد.

HAV به ندرت از طریق خون به اشخاص دیگر منتقل می‌شود. هپاتیت **A** به شکل حاد دیده می‌شود ولی به ندرت آلودگی مزمن به وجود می‌آورد. یک بار ابتلا به این بیماری در شخص مصونیت دائمی به وجود می‌آورد. ویروس هپاتیت **A** از طریق مدفوع، آب آلوده، غذای آلوده و دست‌های آلوده منتقل می‌شود.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی رفسنجان

بیمارستان حضرت علی ابن ابیطالب (ع)

هیپاتیت A



کمیته آموزش به بیمار

زمستان ۱۳۹۷

(ویرایش دوم)

نکات قابل توجه :

- میوه ها و سبزیجات را قبل از مصرف ضد عفونی کنید، وسایل بیمار را نیز ضد عفونی کنید.
- باید در دفع بهداشتی فاضلاب جهت جلوگیری از آلودگی آب، میوه ها، سبزیجات و خوراکی ها دقت شود.
- دست ها را پس از توالیت و قبل از پخت غذا یا قبل از غذا خوردن بشویید.
- اگر مجبور به دست زدن به مدفوع دیگران هستید از دستکش استفاده کنید، پس از آن نیز دست های خود را بشویید.
- وقتی به کشور دیگری مسافرت می کنید از آب های بطری بنوشید. از قطعات یخ غیر بهداشتی استفاده نکنید و میوه و سبزی را در آب فراوان بشویید
- مصرف آب بهداشتی و تغذیه ی بهداشتی را فراموش نکنید و از مصرف غذای رستورانها و فست فودها تا حد امکان خودداری کنید

رژیم غذایی :

- این بیماران باید غذاهای شیرین و پر کربوهیدرات مثل شیرینی، نشاسته جات، ماکارونی، نان و برنج مصرف کنند و از غذاهای چرب پرهیز نمایند.
- همچنین باید از فعالیت ها و ورزش های سنگین خودداری نمایند.

آیا راهی برای پیشگیری از هیپاتیت

نوع A وجود دارد ؟

- شستن مرتب دستها با آب گرم و صابون مخصوصاً پس ازدستشویی، تعویض پوشک بچه و پیش از تهیه ی غذا به جلوگیری از شیوع بیماری کمک می کند. دستان کودک را هم مرتباً بشویید.