

## عنوان آموزش :

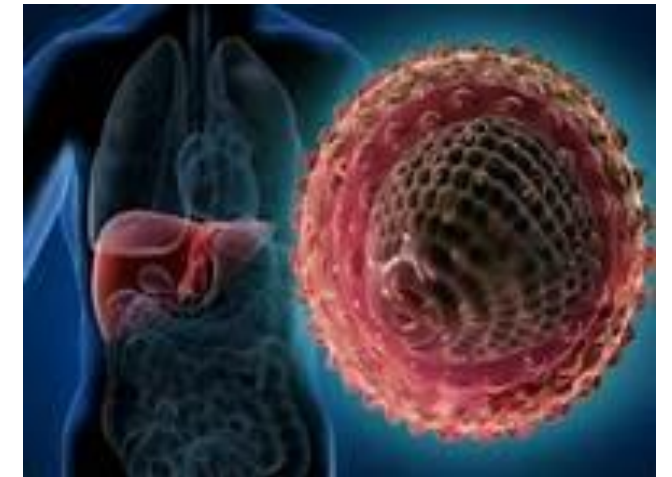
## بیماران هپاتیت "ب"

## بیمار عزیز :

اطلاعات ذیل در مورد هپاتیت "ب" که در میان مردم به یرقان و زردی مشهور است می باشد که به علت وجود ویروس در خون بزاق و مایعات بدن از فرد آلوده به فرد سالم منتقل می شود. با استفاده از اطلاعات ذیل و با رعایت نکات بهداشتی میتوانید از انتقال ویروس به اعضای خانواده ی خود و دیگر افراد جامعه پیشگیری نمایید.

## علائم بیماری

خستگی ، بی اشتهاپی ، ضعف و بیحالی ، پیرنگی ادرار ، زردی



1

## راه های انتقال هپاتیت "ب"

- از طریق مادر به نوزاد
- اعمال دندان پزشکی به صورت غیر بهداشتی
- سوراخ کردن گوش به صورت غیر بهداشتی
- حجامت غیر بهداشتی
- خالکوبی
- دیالیز
- دریافت خون آلوده
- تماس جنسی
- استفاده ی مشترک از تیغ ریش تراشی
- استفاده مشترک از مسواک
- استفاده مشترک از سرنگ آلوده

## توصیه های مهم و قابل توجه

- بهداشت فردی را رعایت نموده و از وسایل شخصی مجزا مانند شانه مسواک ، جامسواکی ، تیغ اصلاح وسایل حمام استفاده نمایید.
- از ریختن و پاشیدن خون ، بزاق و دیگر مایعات بدن در محیط جلوگیری کرده و در صورت وقوع آن محل را با محلول هیپوکلریت ۱۰ یا آب ژاول ضد عفونی کنید.

2

از تماس مستقیم خون ، بزاق و دیگر مایعات بدن با فردی که زخم باز در پوست دارد جلوگیری نمایید.

از تماس خون بزاق و دیگر مایعات بدن با مخاط افراد تحت تماس مثل مخاط چشم از طریق جنسی جلوگیری نمایید.

تمامی اعضای خانواده ی خود را با مراجعه به مراکز بهداشت بر علیه ویروس هپاتیت "ب" به صورت رایگان واکسینه نمایید مراقب باشید که سه نوبت واکسیناسیون طی ۶ ماه کامل می شود و هر سه نوبت باید تزریق گردد

از تماس جنسی با همسر خود تا کامل شدن واکسیناسیون سه نوبت خودداری نموده و در صورت تمایل از کاندوم استفاده نمایید.



3

❁ لازم به ذکر است که در صورت واکسیناسیون کامل اعضای خانواده می توانید با راحتی و آرامش به ارتباط قبلی خود با ایشان ادامه دهید.

❁ در صورت مراجعه به دندانپزشکی حتما بیماری خود را با دندانپزشک در میان بگذارید.

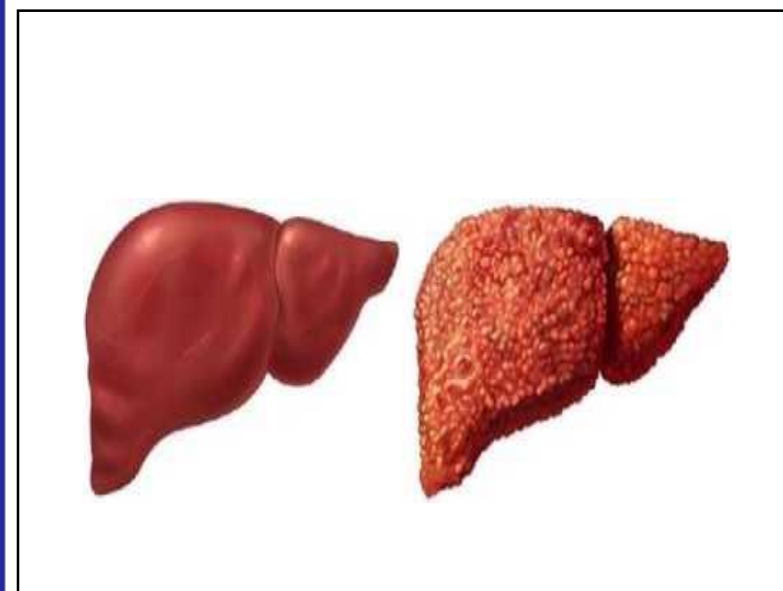
❁ در صورت عمل جراحی نیز حتما بیماری خود را به جراح اطلاع دهید.

❁ جهت پیگیری و ادامه درمان، تحت نظر پزشک متخصص و توصیه ی ایشان قرار بگیرید.

❁ در مراحل اولیه ی هپاتیت، احساس خستگی از علائم شایع می باشد لذا لازم است برنامه هایی جهت محدود کردن فعالیت ها تنظیم نمایید.

❁ در مراحل اولیه هپاتیت به دلیل بی اشتهایی، تهوع با استفراغ یک برنامه غذایی به صورت وعده های کوچک غذایی که شامل رژیم غذایی کم چرب، کربوهیدرات و پرکالری است را رعایت نمایید.

❁ به دلیل تجزیه شدن برخی از داروها در کبد لازم است قبل از مصرف هرگونه دارو ابتدا با پزشک خود مشورت کنید.



### به یاد داشته باشید

تماس های عادی و روزمره نظیر دست دادن و معاشرت کردن، در یک کلاس حضور داشتن یا در یک مکان غذا خوردن، خطر انتقال بیماری را به دنبال ندارد و نیازی به منزوی کردن بیمار نیست.

شرکت سلامت، بهداشت و درمان صنعت و معدن نوین

تهران، خیابان ولیعصر (ع) بالاتر از چهارراه ولیعصر

کوچه نیکویی پلاک 2

تلفن گویا: 8-66469246



آرزوی ما سلامتی شما عزیزان است.