توجه:

درحال حاضر استفاده از سرنگهای مشترک بین معتادان تزریقی شایعترین راه انتقال در کشور ماست.

ممکن است فردی هم هپاتیتC و هم هپاتیت B داشته باشد. اغلب کسانیکه آلودگی به هر دو ویروس را دارند، معتادان تزریقی هستند.تاکنون واکسنی ساخته نشده که بتواند در برابر ویروس هپاتیت c مصونیت ایجاد کند.

ویروس هپاتیت B بیش از ویروس هپاتیت c از راه تماس منتقل می شود. موارد هپاتیت c ناشی از تماس جنسی غالباً در افرادی که شرکای جنسی متعدد دارند .دیده می شود.

با توجه به راههای انتقال هپاتیت B و C رههای پیشگیری عبارتند از:

تزریق سه نوبت واکسن هپاتیت B در افراد در معرض خطر

جلوگیری از تماس با خون یا سایر ترشحات افراد

آلوده(عدم استفاده از وسایل آغشته به خون مانند تیغ، خالکوبی، تاتو و) ...

ترک اعتیاد، تغییر شیوه های مصرف و پرهیز

پرهیز از تماس جنسی مشکوک و حفاظت نشده

پرهیز از استفاده اشتراکی از سرنگها

در صورتیکه لباس یا هر شیئی دیگر به خون فرد

آلوده آغشته شود:

استفاده از مواد ضد عفونی کننده مانند مایعات سفید

کننده و مواد کلر دار برای مدت ۲۰ دقیقه، جوشاندن برای مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه ضروری است.

بهداشت شخصی:

شستشوی خوب دست ها ، باید دست ها را با صابون، و آب جاری شست ، اگر پوست یا غشاء مخاطی در تماس مستقیم با خون یا دیگر مایعات بدن قرار گرفت ، آن قسمت با آب شسته شده یا پاک شود. در جاهایی نظیر زمین بازی که تسهیلات شستشوی دست در دسترس نیست باید از دستمال های آنتی سپتیک یا پاک کننده های دست موقتاً استفاده شده و به محض امکان دست ها با آب و صابون شسته شوند.

(واحد آموزش سلامت بیمارستان شهید رجایی قزوین – ویرایش ۱۴۰۴)-طبقه همکف مرکز، جنب واحد فیزیوتراپی. ساعات کاری واحد: همه روزه غیر از روزهای تعطیل ساعت ۱۴-۸(۰۲۸۳۳۳۴۷۰۰۵) حضوری و تلفنی- شماره ایتای رجائی: ۰۹۹۶۰۷۸۷۴۰۸

توصیه های حین ترخیص:

آموزش راههای پیشگیری از انتقال عفونت:

بیمار نباید در استفاده از وسایل حمام شریک شود.

لباسها و حوله های حمام ، ظروف غذا و نوشیدنیها باید به وضوح بر چسب خورده تا کسی در استفاده از آنها سهیم نشود.

مسواک، ناخنگیر،وسیله اصلاح، ترمومتر و وسایل آرایش بایستی کاملاً اختصاصی باشند.

بعد از حمام و دستشویی و هر گونه تماس با مایعات بدن (خون ،مخاط،منی)دستها باید کاملاً شسته شود.

فرد مبتلا نباید غذایی برای اعضای خانواده آماده کند همچنین فرد مبتلا نباید در کار نقل و انتقال غذا شرکت کند (ممنوعیت کار در رستورانها و اغذیه فروشی ها

از اهدای خون شدیداً اجتناب شود.

از استفاده مشترک از غذا ،سیگار و یا ظروف غذایی خوداری شود

. از تماس های جنسی و تماسهای نزدیک شخصی مثل در آغوش گرفتن و بوسیدن مطلقاً خوداری شود.

توصیه شود که اعضای خانواده از ایمونوگلوبولین استفاده کنند و یا بر علیه هپاتیت واکسینه شوند.