

C التهاب الكبد الوبائي الحقن



يحافظ كبدك على صحتك بطرق متعددة، على سبيل المثال من خلال التخلص من السميات الموجودة بجسمك وتحويل المواد الغذائية من غذاء إلى طاقة.



التهاب الكبد الوبائي هو التهاب يصيب الكبد. التهاب الكبد الوبائي C (الذي يُسمّى Hep C اختصارًا) هو مرض يسببه فيروس يصيب الكبد. ينتقل التهاب الكبد الوبائي C عن طريق الدم.

قد يؤدي التهاب الكبد الوبائي C إلى مشكلات صحية خطيرة:



- تلف الكبد
- التشمع الكبدي
- الفشل الكبدي
- سرطان الكبد

قد يسبب التهاب الكبد الوبائي الوفاة.

الأعراض

لا تظهر الأعراض لدى الكثير من الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد الوبائي C ولا يعلمون أنهم مصابون.

قد تستغرق أعراض التهاب الكبد الوبائي C ما يصل إلى 30 عاماً لتظهر. عند ظهور الأعراض، عادةً ما تكون علامة على مرض كبدي متقدّم.

قد تتضمن أعراض وعلامات التهاب الكبد الوبائي C الحُمى والإرهاق وفقدان الشهية والغثيان والقيء وآلم البطن البول الداكن البراز الرصاصي اللون وآلم بالمفاصل واليرقانّ وأعراض أخرى.

إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C، فأنت لست وحدك.

يوجد ما يقرب من **4 ملايين** شخص في الولايات المتحدة الأمريكية مصابون بالتهاب الكبد الوبائي C.

يوجد قرابة **150,000** شخصاً مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C يعيشون في مدينة نيويورك.

بمعرفة المزيد عن التهاب الكبد الوبائي C، يمكنك اتخاذ أفضل قرارات خاصة بصحتك.

المراحل المختلفة لالتهاب الكبد الوبائي C

يشير التهاب الكبد الوبائي C "الحاد" إلى الأشهر الستة الأولى التي تلي العدوى.

- تتخلص نسبة ضئيلة من الأشخاص المصابين من التهاب الكبد الوبائي C بمفردهم خلال ستة أشهر.
- لا تظهر أعراض التهاب الكبد الوبائي C على أغلب الأشخاص خلال المرحلة الحادة.

يُشير التهاب الكبد الوبائي C "الحاد" إلى عدوى طويلة المدى من التهاب الكبد الوبائي C.

- تستمر العدوى لدى أغلب الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد الوبائي C لتصبح إصابتهم مزمنة.
- قد يؤدي التهاب الكبد الوبائي C المزمن إلى التهاب الكبد، مما قد يؤدي إلى تندب أنسجة الكبد وتلف متوسط بالكبد (تليف) وإلى تلف حاد بالكبد (تشمع).
- يكون الأشخاص المصابون بالتشمع عرضة لخطر مرتفع للإصابة بالفشل الكبدي وسرطان الكبد وحتى الوفاة.
- عادةً ما يحدث تلف الكبد ببطء، على مدار 20 إلى 30 عاماً.



كبد صحي



سردان الكبد



التشمع الكبدي



التليف



كبد به ندبات

احصل على رعاية من موفر رعاية طبية على دراية بالتهاب الكبد الوبائي C

- قم بزيارة موفر الرعاية الطبية الخاص بك بانتظام للتأكد من حفاظك على صحتك. حتى إذا كنت تشعر أنك على ما يرام، فقد تكون تعاني من مشكلات بالكبد. سوف يساعدك موفر الرعاية الطبية الخاص بك على اتخاذ أفضل قرارات من أجل تحسين صحتك وحماية كبدك.

قد يجري موفر الرعاية الصحية الخاص بك بعضاً من هذه الاختبارات للتأكد من إصابتك بالتهاب الكبد الوبائي C أو لمعرفة كيفية تأثير التهاب الكبد الوبائي C على صحتك:

- اختبار الأجسام المضادة لالتهاب الكبد الوبائي C: هو اختبار دم يظهر ما إذا كنت قد أصبت من قبل بفيروس التهاب الكبد الوبائي C أم لا. في حالة كانت نتيجة هذا الاختبار إيجابية، ستكون بحاجة إلى الخضوع لاختبار آخر (اختبار الحمض النووي الريبي الخاص بالتهاب الكبد الوبائي C) لمعرفة إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C حالياً أم لا.

- اختبار الحمض النووي الريبي الخاص بالتهاب الكبد الوبائي C (حمولة فيروسية) (المُسَمَّى أيضاً تفاعل البوليميريز المتسلسل): وهو اختبار دم يُظهر كمية فيروس التهاب الكبد الوبائي C في دمك حالياً. في حالة كانت نتيجة هذا الاختبار إيجابية، فذلك يعني أنك مصاب حالياً بالتهاب الكبد الوبائي C.

في حالة خضوعك لعلاج التهاب الكبد الوبائي C، سيتم فحص الحمض النووي الريبي الخاص بالتهاب الكبد الوبائي C خلال وبعد العلاج لمعرفة ما إذا كان العلاج مجدياً أم لا. في حالة نجاح العلاج، ستخضع الحمولة الفيروسية إلى صفر (لا يمكن الكشف عنها) وتظل عند هذا المستوى.

- اختبار النمط الجيني لالتهاب الكبد الوبائي C: هو اختبار دم يُظهر نوع فيروس التهاب الكبد الوبائي C الذي تعاني منه. تساعد معرفة النمط الجيني الخاص بك موفر الرعاية الطبية الخاص بك على اختيار أفضل علاج لك.

- اختبارات وظائف الكبد (LFTs): هي اختبارات تقيس مدى كفاءة عمل الكبد. قد يعني ارتفاع المستويات أنك تعاني من التهاب أو تلف الكبد.



اختبارات صحة الكبد الأخرى: توجد العديد من الاختبارات التي تقيس مدى التلف بكبدك. قد يوصى بواحد أو أكثر من الاختبارات التالية:

- **Fibrosure** أو **Fibrotest**: هي اختبارات دم تكشف عن تلف الكبد.
- **اختبار الموجات فوق الصوتية والصوتية واختبار Fibroscan للكبد**: هي اختبارات غير جراحية توفر صورة لشكل أو حجم أو تيبس الكبد.
- **خزعة الكبد**: هي عملية أخذ جزء صغير من نسيج الكبد باستخدام إبرة لفحصها تحت ميكروسكوب لمعرفة كم التلف أو المرض.
- **اختبارات فحص سرطان الكبد**: هي اختبارات تبحث عن الخلايا السرطانية بالكبد. يوصى بها للأشخاص المصابين بالتهاب الكبد الوبائي C أو تشمع الكبد كل ستة أشهر.

فكر في علاج التهاب الكبد الوبائي C

قد يتعافى أغلب الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد الوبائي C من خلال تلقي أدوية مضادة للفيروسات خلال عدة أشهر. يعني الشفاء عدم وجود أية فيروسات في الدم بعد مرور بضعة أشهر على انتهاء العلاج.

بفضل الدواء المضاد للفيروسات الجديد الخاص بالتهاب الكبد الوبائي C، أصبح العلاج الآن أسهل وأقصر وأكثر احتمالية لعلاج التهاب الكبد الوبائي C مقارنةً بالماضي.

لا يوجد لقاح أو مناعة ضد التهاب الكبد الوبائي C.

مع الأسف، لا يوجد لقاح أو مناعة ضد التهاب الكبد الوبائي C. حتى في حالة علاجك وشفائك، قد تتعرض للإصابة مرةً أخرى، لذا من المهم حماية نفسك من التعرض للدم.

إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C، قم بحماية صحتك

لا تشرب الكحول. يسرع الكحول من تلف الكبد. إن تجنب الكحول هي أحد أهم الأمور التي يمكنك القيام بها لحماية كبدك.

إذا كنت بحاجة لمساعدة في الإقلاع عن الكحول، تحدث إلى موفر الرعاية الطبية الخاص بك أو اتصل بـ **1-800-LIFENET** للحصول على الاستشارة أو للإحالة للعلاج.

استشر موفر الرعاية الطبية الخاص بك قبل تناول الأدوية التي يمكن الحصول عليها دون وصفة طبية أو الأدوية الطبيعية أو الفيتامينات أو المكملات الغذائية.

قد تكون بعض الأدوية التي يمكن الحصول عليها دون وصفة طبية مثل أسيتامينوفين (تايلينول) أو الفيتامينات أو المكملات الغذائية مثل الحديد أو "الأدوية الطبيعية" خطيرة على كبدك. لا توجد "أدوية طبيعية" معروفة بعلاجها لالتهاب الكبد الوبائي C. أخبر جميع موفري الرعاية الطبية أنك مصاب بالتهاب الكبد الوبائي C حتى يتمكنوا من مساعدتك على تجنب الأدوية التي قد تضر بكبدك.

اتبع نظاماً غذائياً صحياً وقم بممارسة التمارين الرياضية وحافظ على وزن صحي لجسدك.

احصل على الدعم. قم بمشاركة مشاعرك مع طبيبك والأشخاص الذين تثق بهم.

فكر في التواصل مع مجموعة دعم خاصة بالتهاب الكبد الوبائي C شخصياً أو عبر الإنترنت. قم بزيارة

nychepcb.org للحصول على المزيد من المعلومات.

إذا كنت بحاجة للمساعدة على التحكم في مشاعرك، تحدث إلى موفر الرعاية الطبية

الخاص بك أو اتصل بـ **1-800-LIFENET** للحصول على الاستشارة أو للإحالة.



تجنب نشر التهاب الكبد الوبائي C

لا تقم بمشاركة أدوات استخدام العقاقير والمسماة "works" مثل الإبر أو المحاقن أو القطن أو الأكواب أو أربطة حبس الدم أو شفرات الحلاقة أو القواطع أو مياه الشطف أو الأوعية أو الشفاطات أو الغليونات.

لا تقم بمشاركة أدوات العناية الشخصية مثل فرش الأسنان أو شفرات الحلاقة أو الإبر أو مبرد الأظافر أو قصاصات الأظافر أو مقصات الأظافر أو المناشف التي قد تكون لامست دمك.

قم بتغطية الجروح أو القرح المفتوحة بالضمادات وتأكد من عدم ملامسة الآخرين لدمك.

قم بممارسة الجنس الآمن إذا كان لديك العديد من الشركاء الجنسيين أو إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C أو عدوى تنتشر من خلال ممارسة الجنس (STI)، استخدم الأوعية الذكورية في كل مرة.

الحمل وإنجاب الأطفال قد ينتقل التهاب الكبد الوبائي C من الأم إلى الطفل أثناء الحمل أو الولادة. إذا كنتِ حاملاً، تحدثي إلى موفر الرعاية الطبية الخاص بك بشأن التهاب الكبد الوبائي C الذي تعانيين منه.

الاتصال العفوي آمن



لا يمكنك نشر التهاب الكبد الوبائي C من خلال العطس أو السعال أو التقبيل أو المعانقة أو المصافحة أو التحدث أو مشاركة أدوات الطعام أو أكواب الشرب أو مشاركة الطعام أو شرب الماء. يجب ألا يتم استبعادك من العمل أو المدرسة أو اللعب أو رعاية الأطفال إذا كنت مصاباً بالتهاب الكبد الوبائي C.

المعلومات والموارد

New York City Department of Health

اتصل بـ 311 أو قم بزيارة nyc.gov/health/hepatitis

رعاية صحية منخفضة التكلفة لالتهاب الكبد الوبائي C بالمستشفيات العامة
بمدينة نيويورك

nyc.gov/hhc

مراكز مكافحة الأمراض الوقاية منها

cdc.gov/hepatitis

مؤسسة الكبد الأمريكية

خط المساعدة ومحدد موفر الرعاية الطبية ومجموعات الدعم عبر الإنترنت
الخاصة بالتهاب الكبد الوبائي C

liverfoundation.org أو 1-800-465-4837

HCV Advocate

دعم المرضى وتثقيفهم

hcvadvocate.org

موارد تقليل الأضرار

harmreduction.org

LifeNet

الخط الساخن وقاعدة البيانات المرجعية الخاص بالصحة العقلية وتعاطي المواد
الذي يعمل على مدار 24 ساعة

اللغة الإنجليزية: (1-800-543-3638) 1-800-LIFENET

اللغة الأسبانية: (1-877-298-3373) 1-877-AYUDESE

اللغات الآسيوية: 1-877-990-8585

احصل على التأمين الصحي

a858-ihss.nyc.gov

C تقييم مخاطر التهاب الكبد الوبائي

- هل وُلدت بين عامي 1945 و1965؟
- هل قمت بحقن المخدرات أو الهرمونات أو الستيرويدات أو السليكون أو المواد التجميلية من قبل - حتى وإن كان ذلك منذ وقتٍ طويل؟
- هل خضعت لنقل الدم أو نقل الأعضاء قبل عام 1992؟
- هل تحاليل فيروس نقص المناعة المكتسبة الخاصة بك إيجابية؟
- هل وُلدت بمصر أو باكستان أو روسيا أو الاتحاد السوفيتي سابقاً؟
- هل خضعت لعملية نقل دم أو لإجراء طبي بمصر أو باكستان أو روسيا أو الاتحاد السوفيتي سابقاً؟
- هل استنشقت (تعاطيت) المخدرات من قبل؟
- هل كانت أمك مصابة بالتهاب الكبد الوبائي C عند ولادتك؟
- هل قمت برسم وشم أو قمت بإجراء ثقب لدى أي شخص من غير المتخصصين المرخصين؟
- هل كانت اختبارات الكبد الخاصة بك غير طبيعية أو قيل لك أنك مصاب بمرض بالكبد؟
- هل خضعت من قبل لغسيل كلوي طويل المدى؟
- هل تعرضت من قبل للدم أو لغرز إبرة أثناء ممارستك لعملك؟
- هل حُبست من قبل؟

اخضع للاختبار، لتُشفى!

إذا كنت مصابًا بالتهاب الكبد الوبائي C، اسأل موثر الرعاية الطبية الخاص بك:

- هل كبدي بصحة جيدة؟ هل أعاني من تلف الكبد؟
- هل يمكنني تلقي لقاحات للأمراض الأخرى مثل التهاب الكبد الوبائي A أو التهاب الكبد الوبائي B أو الانفلونزا لحماية صحتي؟
- هل تناول أدويتي آمن (بما في ذلك الأدوية التي يمكن الحصول عليها دون وصفة طبية) والفيتامينات و المكملات الغذائية؟
- ما هو أفضل وزن ونظام غذائي وتمارين بالنسبة لي؟
- ما هي أفضل رعاية بالنسبة لالتهاب الكبد الوبائي C لدي؟
- هل يجب علي تناول علاج مضاد للفيروسات؟

اتصل بـ 311 لطلب هذه النشرة

اخضع للاختبار، لتُشفى!

للحصول على المزيد من المعلومات قم بزيارة nyc.gov/health/hepatitis



امسح الكود لعرض الصفحة الرئيسية الخاصة بالصحة المتعلقة بالتهاب الكبد
بمدينة نيويورك أو أرسل رسالة نصية بكلمة **LIVER** إلى الرقم 877-877
لمعرفة خطواتك التالية