



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لرستان  
بیمارستان آموزشی درمانی شهید رحیمی

# هیپاتیت آ

## هیپاتیت A



### شناسنامه ی بروشور آموزشی

|                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| عنوان                      | هیپاتیت آ              |
| تهیه و تنظیم               | هانیه رحمانیان         |
| سمت                        | کارشناس پرستاری        |
| تایید کننده و نظارت        | کارگروه آموزش به بیمار |
| سال بازنگری                | 1405                   |
| ناظر کیفی                  |                        |
| دکتر حمیدرضا شرکت العباسیه |                        |

واحد آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت همگانی

- \* دست‌های خود را به طور کامل پس از استفاده از توالت بشوید. دستها را محکم برای حداقل ۲۰ ثانیه بشوید و آب بکشید. سپس با حوله یکبار مصرف خشک کنید.
- \* تا وقتی عفونت فعال دارید، برای دیگران مواد غذایی آماده نکنید. عفونت خیلی راحت می‌تواند از شما به دیگران سرایت کند.
- \* واکسن هیپاتیت آ می‌تواند از عفونت ویروسی جلوگیری کند. واکسن هیپاتیت آ به طور معمول در دو دوز تزریق می‌شود؛ واکسیناسیون اولیه و به دنبال آن شش ماه بعد دوز تقویت‌کننده.

منبع : کودک بیمار - ۲۰۱۸

شماره تلفن بیمارستان : ۰۸۳۳۳۳۶۱۴۲-۸

داخلی بخش اطفال ۲۵۹۹

آموزش همگانی: ۳۳۳۳۸۱۵۶

وب سایت : [rahimi.Lums.ac.ir](http://rahimi.Lums.ac.ir)



## درمان و پیشگیری

درمان هیپاتیت آ معمولاً بر روی مقابله با علائم و نشانه‌های بیماری متمرکز است. ممکن است به اقدام‌های زیر نیاز پیدا کنید:

- \* **استراحت.** بسیاری از افراد مبتلا به عفونت هیپاتیت آ احساس خستگی و مریضی می‌کنند و انرژی کمتری دارند.
- \* **مقابله با حالت تهوع.** تهوع می‌تواند غذا خوردن را دشوار کند. سعی کنید در طول روز به جای خوردن وعده‌های غذایی کامل از خوراکی‌های کم‌حجم مصرف کنید. برای دریافت کالری به اندازه کافی، غذاهای با کالری بالا بخورید. به عنوان مثال، آب میوه یا شیر به جای آب بنوشید.
- \* به کبد خود استراحت دهید. کبد ممکن است داروها و الکل را به سختی هضم کند. داروهای تجویزی‌تان را همراه با دکتر مرور کنید. وقتی به هیپاتیت آلوده شده‌اید الکل ننوشید.



هپاتیت A یا هپاتیت آ نوعی عفونت کبدی بسیار مسری ناشی از ویروس هپاتیت A است. این ویروس یکی از انواع مختلف ویروس‌های هپاتیت است که باعث التهاب می‌شود و بر توانایی عملکردی کبد تاثیر می‌گذارد.

\* به احتمال زیاد از طریق غذا یا آب آلوده و یا از تماس نزدیک با کسی که آلوده است در معرض هپاتیت A قرار می‌گیرید.

\* موارد خفیف هپاتیت A نیازی به درمان ندارند و بسیاری از افراد که مبتلا هستند به طور کامل بدون آسیب کبدی دائمی بهبود می‌یابند.

\* رعایت بهداشت از جمله شستن دست‌ها اغلب یکی از بهترین راه‌ها برای محافظت در برابر هپاتیت A به شمار می‌شود.

\* واکسن بیشتر برای افرادی در دسترس است که در معرض خطر بیشتری قرار دارند.

## علائم و نشانه

علائم و نشانه‌های احتمالی هپاتیت آ که به طور معمول تا چند هفته پس از ورود ویروس به بدن بروز نمی‌کنند عبارتند از:

- \* خستگی مفرط
- \* تهوع و استفراغ
- \* درد یا ناراحتی شکم، به خصوص در ناحیه کبد در پهلوی راست و زیر دنده‌های پایینی
- \* اسهال و مدفوع رُسی‌رنگ
- \* از دست دادن اشتها
- \* تب درجه پایین
- \* ادرار تیره
- \* درد مفاصل
- \* زردی پوست و چشم یا یرقان



## راههای انتقال بیماری

ویروس هپاتیت آ از راه‌های مختلفی منتقل می‌شود، مانند:

- \* خوردن مواد غذایی که کسی برایتان درست کرده اما پس از رفتن به توالت دست‌هایش را به طور کامل نشسته است.
- \* نوشیدن آب آلوده
- \* خوردن صدف خام رشد کرده در آب آلوده به فاضلاب
- \* تماس نزدیک با شخصی که آلوده باشد حتی اگر هیچ علامت یا نشانه‌ای از بیماری نداشته باشد.