

ویژه مدیران و کارشناسان ناظر برنامه



دستور العمل آیین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵



مجموعه دستور العمل و استاندارد فعالیت های مرتبط با

برنامه استراتژیک ملی کنترل عفونت اچ ای وی و حذف هپاتیت سی



کمیته نظارت بر اجرای برنامه - SIP



دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵



شناسنامه کتاب در برنامه استراتژیک :

مجموعه حاضر توسط گروه فنی آموزش و اطلاع رسانی در راستای نیل به هدف سوم از استراتژی اول (S10) * برنامه استراتژیک تهیه شده و در ۲۳ تیر ماه ۱۴۰۵ توسط کمیته کشوری نظارت بر اجرای برنامه (SIP) مورد تأیید قرار گرفت .

در این برنامه با تمرکز بیماریابی و درمان گروه هدف زندانیان است و با تعامل آزمایشگاه مرجع سلامت وزارت بهداشت تدوین شده است

*S103 واحدهای سیاستگذاری و اجرایی سازمانهای شرکای برنامه در کلیه شهرستانها حداقل یک برنامه استاندارد اطلاع رسانی عمومی در خصوص راههای پیشگیری

و ترویج نگرش صحیح با تمرکز بر کاهش استیگما و مبتنی بر اصول رویکرد نوین آموزش ای وی و هپاتیت B و C داشته باشند.

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

فهرست

۶	شعار کشور جمهوری اسلامی ایران در روز جهانی هپاتیت سال ۲۰۲۶ مصادف با سال ۱۴۰۵
۶	معیارهای بین المللی برای دریافت گواهی حذف
۶	شاخص IMPACT
۶	شاخص های برنامه ایی
۷	سیاست های کلان برنامه کشوری و روش های بیماریابی
۷	اهداف برنامه روز جهانی هپاتیت در سال ۱۴۰۵
۸	۱.اطلاع رسانی آموزش جمعیت عمومی
۸	۲. بیماریابی فعال در جمعیت های کلیدی به ویژه زندانیان
۱۰	۳.جلب حمایت سیاستگذاران، مسئولان و سازمان ها از برنامه حذف هپاتیت C
۱۱	۴.جلب مشارکت انجمن های غیردولتی
۱۲	ضمیمه ۱ : آموزش هپاتیت C به زبان ساده
۱۷	ضمیمه ۲ : نمونه چند پیام کوتاه برای روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

مقدمه

هر سال ۲۸ جولای به نام روز جهانی هپاتیت نامگذاری شده است. در این روز جوامع با یکدیگر هم‌پیمان می‌شوند تا در امر کنترل بیماری مشارکت داشته باشند. هر سال متناسب با شرایط، یکی از اقدامات اصلی که باید برای کنترل بیماری سرلوحه کار قرار گیرد به عنوان شعار روز جهانی در نظر گرفته می‌شود.

تاریخ: هر سال ۲۸ جولای (هم‌زمان با تولد برنده نوبل **باروخ بلومبرگ**، کاشف ویروس هپاتیت B) (۶ مرداد ۱۴۰۵).

برای روز جهانی هپاتیت ۲۰۲۶، شعار رسمی سازمان جهانی بهداشت (WHO) عبارت است از:

“Hepatitis: Let’s Break It Down”

این شعار بر ضرورت شکستن موانع اقتصادی، اجتماعی و ساختاری – از جمله انگ اجتماعی – تأکید دارد تا خدمات جلوگیری، تشخیص و درمان هپاتیت به‌ویژه در راستای هدف حذف این بیماری تا سال ۲۰۳۰، قابل‌دسترسی‌تر و مؤثرتر شود.

داده‌های کلیدی جهانی (سال ۲۰۲۲)

- حدود ۳۰۴ میلیون نفر در سراسر جهان با هپاتیت مزمن B و C درگیر هستند.
- تنها ۴۵٪ از نوزادان، واکسن هپاتیت B را در ۲۴ ساعت اول تولد دریافت کرده‌اند.
- هر سال، ۱.۳ میلیون مرگ به دلیل هپاتیت مزمن B و C اتفاق می‌افتد.

🎯 اهداف و پیام‌های کلیدی

از وبسایت «Key messages» به نقل از WHO:

۱. هپاتیت عامل اصلی سرطان کبد و قاتلی رو به رشد
۲. آگاهی از وضعیت سلامتی؛ گام اول برای جلوگیری از پیشرفت بیماری
۳. قابلیت پیشگیری از ۲.۸ میلیون مرگ تا ۲۰۳۰ — در صورتی که کشورها اکنون اقدام کنند

هپاتیت B، C و D همانند دیگر بیماریهای مزمن در یک دوره طولانی بیماران را گرفتار ساخته و نیاز به مراقبت‌های بهداشتی -درمانی پیوسته و زنجیره ای دارند. لذا ماهیت بیماری ایجاب می‌نماید که اغلب بیماران در یک دوره طولانی تحت مراقبت و درمان قرار گیرند. احتمال مواجهه عده زیادی از مردم با بیماری، فقدان علائم اختصاصی تشخیص بالینی

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

، گرانی خدمات و آزمایشات تخصصی، ناآگاهی مردم و مبتلایان نسبت به علایم و عوارض بیماری و شیوه های انتقال آن و فقدان رویه واحد و واحد های معین برای مراجعه و دریافت خدمات، هپاتیت B&C را در ردیف یکی از معضلات بهداشتی درمانی اولویت دار در کشور قرار داده است. با توجه به استقرار مناسب نظام ارایه خدمات بهداشتی اولیه در کشور و تجربه موفق واحد های مشاوره و آزمایش داوطلبانه HIV/AIDS ، شرایط مناسبی برای توجه بیشتر به این دو بیماری در نظام شبکه بهداشتی درمانی کشور فراهم می باشد. لذا این دستورالعمل به منظور ارایه خدمات پاسیو و اکتیو هپاتیت B&C در نظام مراقبت های بهداشتی اولیه تهیه گردیده است. برنامه حذف هپاتیت هم اکنون جزء اهداف سازمان جهانی بهداشت قرار گرفته است، بطوریکه تا به امروز 192 کشور دنیا متعهد به حذف هپاتیت های ویروسی تا سال ۲۰۳۰ میلادی شده اند. ایران نیز یکی از کشورهای متعهد به حذف هپاتیت های ویروسی می باشد. بستر نظام شبکه کشور عمدتاً برای اقدامات پاسیو برای کنترل بیماریها طراحی شده است و امکان بیماریابی فعال (Active Case Finding) در آن تعریف نشده است. لازم به ذکر است که بیماری هپاتیت های ویروسی در ایران عمدتاً در جمعیت های آسیب پذیر (Vulnerable)، در حاشیه (Marginalized)، در معرض خطر (At Risk) و پرخطر (High Risk) متمرکز است که برای دریافت خدمات به دلایل متعدد مراجعه نمیکنند. رسیدن به اهداف حذف هپاتیت در ایران نیاز به بازتعریفی خدمات در نظام شبکه کشور و لحاظ نمودن امکان بیماریابی فعال (ACF) در بستر نظام شبکه دارد تا این بیماران شناسایی و تحت مراقبت و درمان قرار گیرند. برنامه حذف و کنترل هپاتیت های ویروسی نیز با همین نگاه تدوین شده است.

درسراسر دنیا توجه ویژه به برنامه ریزی جهت ارتقا کمی و کیفی خدمات تشخیص هپاتیت های ویروسی که منجر به تشخیص به هنگام بیماری شود یکی از محورهای اصلی برنامه کنترل و حذف هپاتیت های ویروسی است. جلب مشارکت گیرندگان خدمت و تمرکز بر مشارکت اجتماعی در این امر یکی از راهکارهای موثر در دستیابی به اهداف پیشگیری و تشخیص می باشد و بی شک حذف هپاتیت C و کنترل هپاتیت B درگرو فراهم کردن امکان دسترسی همگان به خدمات مطلوب پیشگیری، تشخیص، مراقبت و درمان بیماری است.

شعار کشور جمهوری اسلامی ایران در روز جهانی هپاتیت سال ۲۰۲۶ مصادف با سال

۱۴۰۵

پیش به سوی حذف هپاتیت C گامی نو برای ارتقاء سلامت در زندان

آموزش و اطلاع رسانی در زمینه هپاتیت های ویروسی یکی از استراتژی های برنامه کشوری پیشگیری از هپاتیت در کشور است. با این وجود تعیین یک مقطع زمانی خاص در سال برای برجسته سازی موضوع و حساس کردن سیاست گزاران، مسئولان و آحاد افراد جامعه به موضوع کنترل و حذف هپاتیت های ویروسی و همراه کردن آنان برای پیشگیری از هپاتیت بسیار ضروری است.

علی رغم فعالیت ها و اقداماتی که در طول سالیان گذشته انجام شده، هنوز چالش های بسیاری وجود دارد که می بایست به آن توجه گردد. یکی از چالش های اصلی در کشور پوشش تشخیص و درمان هپاتیت C است. با توجه به این مهم و حساسیت موضوع و رسالت دست اندرکاران عرصه سلامت و بهداشت کشور به مناسبت روز جهانی هپاتیت یک بازه زمانی یک هفته (از ۰۴ مرداد تا ۱۱ مرداد) در نظر گرفته شده است که، فرصت مناسبی برای تبیین برنامه ها، جلب مشارکت سیاست گزاران و مسئولان، بیان اقدامات، دستاوردها و چالش های موجود و همچنین تکریم فعالیت های دست اندرکاران خواهد بود.

معیارهای بین المللی برای دریافت گواهی حذف

شاخص IMPACT:

- بروز در جمعیت عمومی کمتر از ۵ در ۱۰۰ هزار نفر
- بروز در PWID کمتر از ۲ درصد

شاخص های برنامه ایی

تشخیص و درمان

- ۹۰٪ مبتلایان به هپاتیت سی مزمن شناسایی شوند.

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

➤ ۸۰٪ بیماران هپاتیت سی شناسایی شده، تحت درمان قرار گیرند.

شاخص های پیشگیری

➤ ۳۰۰ سرنگ و سوزن در سال به هر فرد با اعتیاد تزریقی تحویل داده شود.

➤ ۱۰۰٪ خون های اهدایی از نظر بیماریهای منتقله از خون غربالگری شوند.

➤ ۱۰۰٪ تزریقات در مراکز بهداشتی – درمانی ایمن باشد.

سیاست های کلان برنامه کشوری و روش های بیماریابی

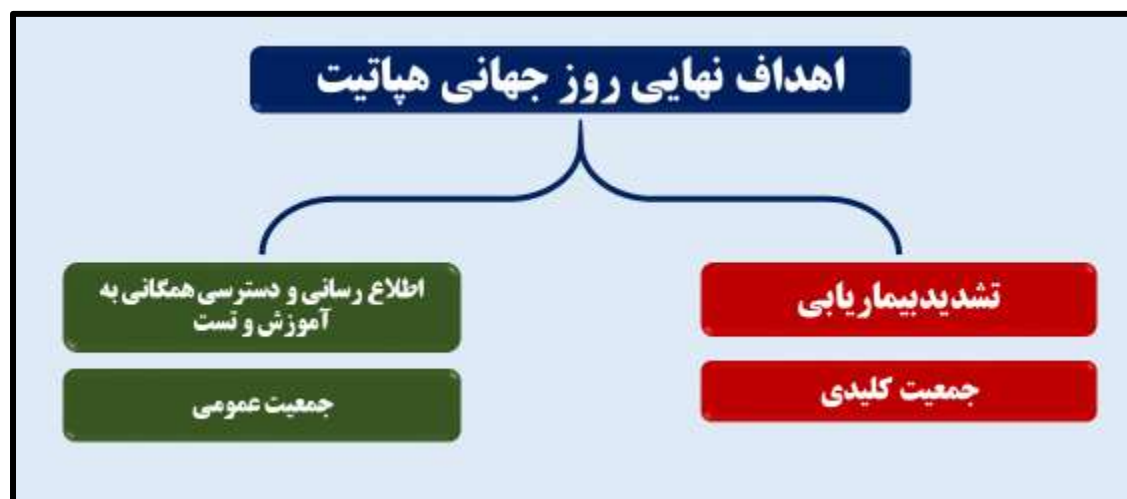
۱- Passive Case Finding

جمعیت عمومی

۲- Active Case Finding

جمعیت کلیدی

اهداف برنامه روز جهانی هپاتیت در سال ۱۴۰۵



دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

۱. اطلاع رسانی آموزش جمعیت عمومی

طی هفته اطلاع رسانی آموزش های لازم در خصوص هپاتیت C به جمعیت عمومی ارائه می شود. هدف از این آموزش ارتقا آگاهی و اصلاح نگرش جمعیت عمومی است و ترغیب به انجام تست جمعیت عمومی از اهداف این بخش نیست اما اگر فردی بعد از دریافت آموزش تمایل به انجام تست داشت به مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری مراجعه می کند پس از مشاوره اولیه در صورتی که اندیکاسیون تست داشته باشد مورد تست اولیه قرار خواهد گرفت و بقیه مراقبت ها مطابق استاندارد مراقبت و درمان برای فرد انجام می شود نکات زیر در این مورد بسیار حائز اهمیت است:

۱. رعایت کلیه استانداردهای ارائه خدمت اعم از اجزاء مشاوره PIT، کلیه ضوابط انجام تست، مراحل اعلام پاسخ دقیقاً طبق ضوابط و دستورالعمل های موجود الزامی است.

۲. با توجه به عدم دسترسی به تست سریع ، برای انجام تست اولیه از **روش الیزا** استفاده شود.

۳. لازم است آدرس مراکز مشاوره بیماریهای رفتاری در همه اطلاع رسانی های در اختیار جمعیت عمومی قرار گیرد

۲. بیماریابی فعال در جمعیت های کلیدی به ویژه زندانیان

گروه های هدف بیماریابی فعال هپاتیت C :

۱. بیماران مبتلا به اچ آی وی
۲. زندانیان و گروه های هدف کاهش آسیب اچ آی وی (مصرف کنندگان تزریقی ، زنان و مردان در معرض خطر ابتلا و بیماران مقاربتی)
۳. بیماران هموفیلی ، تالاسمی و دیالیزی

بیماریابی در جمعیت های کلیدی در اصل تشدید برنامه های موجود با افزایش ظرفیت مراکز ارائه دهنده ی خدمت تست هستند و مطابق راهنمای مدیریت مراقبت و درمان هپاتیت های ویروسی می باشد که با روش OPT-OUT انجام می گیرد. انتظار می رود که با افزایش ظرفیت مراکز ارائه دهنده ی خدمت که تست هپاتیت انجام می دهند.

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

با توجه به محدودیت دسترسی به تست سریع در حال حاضر تست های سریع موجود عمدتاً در مراکزی که امکان اخذ نمونه خون برای الیزا وجود ندارد (مانند مراکز کاهش آسیب و...) استفاده شود و بیماریابی در سایر گروه ها از جمله بیماران مبتلا به اچ ای وی ، بیماران هموفیلی و تالاسمی و دیالیزی و زندانیان تست تشخیص اولیه به کمک روش الیزا انجام شود . در پویش امسال تاکید به بیماریابی فعال در زندانیان با استفاده از تست الیزا دارد که با همکاری سازمان زندانها و اقدامات تأمینی و تربیتی کشور و آزمایشگاه مرجع سلامت اجرا می گردد.



دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هیأتیت سال ۱۴۰۵

توجه به نکات زیر در این خصوص الزامی است:

- ۱) رعایت کلیه استانداردهای ارائه خدمت اعم از اجزاء ترغیب و توصیه تست در مشاوره PIT، کلیه ضوابط انجام تست، مراحل اعلام پاسخ و ارجاع موارد مثبت اولیه دقیقاً طبق ضوابط و دستورالعمل‌های موجود الزامی است.
- ۲) ثبت موارد تست مشابه روند جاری در نظام ثبت MIS مخصوص کمپین انجام می‌شود.
- ۳) لازم است کلیه مضامین آموزشی ارائه شده و محتواهای آموزشی در چهارچوب و مبتنی بر راهنمای مدیریت مراقبت و درمان هیأتیت‌های ویروسی انجام شود.
- ۴) برجسته‌سازی شعار روز جهانی هیأتیت و نهادینه کردن آن در اطلاع‌رسانی عمومی مد نظر قرار گیرد.

۳. جلب حمایت سیاست‌گذاران، مسئولان و سازمان‌ها از برنامه حذف هیأتیت C

- ۱) لازم است کلیه شرکا برنامه استراتژیک از برنامه‌های مختص روز جهانی هیأتیت و پویش یک هفته‌ای آن مطلع باشند به این منظور توجه به موارد زیر لازم است:

۱. تشکیل کمیته سیپ استانی/ شهرستانی با عنوان "ستاد برگزاری مراسم روز جهانی هیأتیت"
۲. معرفی اقدامات، دستاوردها و چالش‌های موجود در زمینه برنامه‌های کنترل هیأتیت B و حذف هیأتیت C در کشور.
۳. برگزاری همایش روز جهانی هیأتیت به صورت حضوری یا مجازی بسته به امکانات و زیرساخت‌های کمیته سیپ استانی.
۴. پوشش خبری و اطلاع‌رسانی از طریق صدا و سیما مرکز استان و سایر رسانه‌های گروهی در خصوص برنامه‌های روز جهانی هیأتیت و ارائه‌ی مطالب در این خصوص و همچنین جلب مشارکت صدا و سیما در اجرا و پخش برنامه‌های کارشناسی و پرسش و پاسخ در زمینه بیماری هیأتیت بر مبنای راهنمای مدیریت مراقبت و درمان هیأتیت‌های ویروسی.
۵. صدور پیام رئیس دانشگاه/دانشکده علوم پزشکی و سایر مسئولین ادارات عضو سیپ به مناسبت روز جهانی هیأتیت و صدور بیانیه از سوی ستاد برگزاری روز جهانی هیأتیت و انعکاس آن در رسانه‌ها و صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران مرکز استان.
۶. برگزاری کنفرانس مطبوعاتی و رادیو تلویزیونی رئیس دانشگاه/دانشکده علوم پزشکی یا معاون بهداشتی، مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری‌ها و سایر مسئولان ذیربط در خصوص برنامه‌های حذف هیأتیت

C

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

۷. پخش تیزر یا زیر نویس و همچنین تهیه پیام‌های مطبوعاتی با مضمون شعارها و پیام‌های بهداشتی در این زمینه و درج آن در روزنامه‌ها و نشریات محلی و همچنین ارسال متون رسانه‌ای و آموزشی و مقالات ویژه برای رسانه‌ها.

۸. برگزاری جلسات ویژه روزنامه‌نگاران و خبرنگاران

۹. تقدیر و تشکر از تلاش‌های ارزشمند کلیه عوامل و دست اندرکاران فعال در برگزاری برنامه‌های مختلف روز جهانی هپاتیت و همچنین ارسال پیام تشکر استاندار و رئیس دانشگاه علوم پزشکی از مشارکت و همکاری‌های ارزنده ارگان‌های برون سازمانی فعال در این روز.

۱۰. تهیه پلاکارد و برزنت‌های حاوی شعار و پیام‌های گرامیداشت روز جهانی هپاتیت و نصب آن در معابر و خیابان‌های سطح شهر و کلیه شهرستان‌های استان.

۱۱. اطلاع‌رسانی لازم در خصوص معرفی مراکز مشاوره بیماری‌های رفتاری

۴. جلب مشارکت انجمن‌های غیردولتی

با هدف تشکیل یک بانک اطلاعاتی از نهادهای غیردولتی همکار و فعال در امر حذف هپاتیت C در سال جاری در کمیته سیپ کشوری مقرر شده است که برای همکاری نهادهای غیردولتی مراحل زیر انجام شود:

۱. اعلام فراخوان به موسسات/سازمان‌های مردم نهاد در زمینه هپاتیت به منظور ثبت نام جهت مشارکت با دانشگاه‌های علوم پزشکی؛ در این فراخوان از امکانات وزارت کشور و استانداری‌ها استفاده می‌شود.

لازم به ذکر است مفاد این دستورالعمل پیشنهادی است و کمیته‌های سیپ استانی بر حسب توان و امکانات خود می‌توانند تمام یا بخشی از برنامه‌ها را اجرا کنند. در عین حال اجرای سایر برنامه‌ها که از اثربخشی لازم نیز برخوردار باشد، می‌تواند مورد توجه قرار گیرد.

برای کسب اطلاعات بیشتر با تلفن‌های ۰۲۱-۸۱۴۵۵۰۶۶ و ۰۲۱-۸۱۴۵۵۳۷۸ تماس حاصل فرمایید.

ضمیمه ۱: آموزش هپاتیت C به زبان ساده

آنچه باید در مورد هپاتیت سی بدانیم

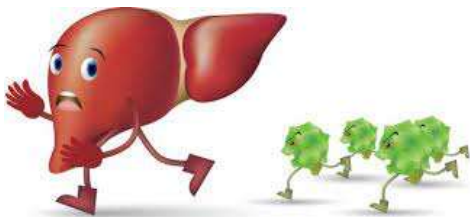
مقدمه

هپاتیت به معنای التهاب کبد می باشد که توسط عوامل مختلف عفونی (نظیر ویروس ها از جمله هپاتیت بی و سی) و نیز عوامل غیر عفونی (نظیر برخی داروها، مصرف الکل و ...) ایجاد می شود. گاهی هپاتیت با کلمه زردی عنوان می شود ولی فراموش نکنید که همیشه زردی در فرد مبتلا به هپاتیت ممکن است بروز نکند.



هپاتیت سی یک بیماری عفونی است که توسط ویروسی به همین نام ایجاد می شود. محل استقرار اصلی این ویروس در کبد می باشد و طیفی از علائم ممکن است در فرد مبتلا ایجاد شود. در اغلب موارد بصورت بی علامت بوده ولی با ورود به مراحل پیشرفته هپاتیت مزمن، علائم ناشی از نارسایی کبدی در فرد ایجاد میشود که در ادامه به آنها پرداخته خواهد شد.

راه انتقال:



مقصد نهایی ویروس هپاتیت سی پس از ورود به بدن، کبد می باشد که از طریق راه های زیر وارد بدن می شود:

- ۱- استفاده از وسایل مشترک در تزریق و ورود خون/ فرآورده های خونی آلوده به بدن
- ۲- تماس جنسی با فرد مبتلا
- ۳- از طریق مادر مبتلا به نوزاد

قدرت انتقال هپاتیت سی در تماس های مذکور ، ۱۰ برابر بیشتر از HIV می باشد. خطر انتقال هپاتیت سی از مادر مبتلا به نوزاد در طول بارداری و زایمان حدود ۷٪ می باشد و اگر مادر همزمان مبتلا به HIV نیز باشد، به ۱۲٪ می رسد.

مدت زمان ماندگاری ویروس هپاتیت سی در خارج از بدن حداقل ۱۶ ساعت می باشد.

راه انتقال ویروس هپاتیت سی شناخته شده است و به راحتی انتقال نمی یابد و در روابط

اجتماعی معمول بین انسان ها منتقل نمی شود

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

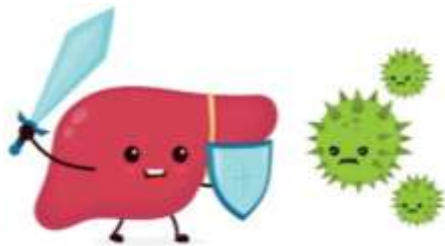
هپاتیت سی از طریق تماس های معمول زیر منتقل نمی شود:

- کار کردن با یکدیگر و زندگی دسته جمعی، هم صحبت شدن و معاشرتهای اجتماعی یا تماس های روزمره
- با مبتلایان همسفر بودن، همکلاس بودن، نشستن در کنار یکدیگر
- سوار شدن در اتوبوس و تاکسی و استفاده از تلفنهای عمومی
- غذا خوردن، آشامیدن و یا استفاده از وسایل و ظروف غذاخوری
- اشک و بزاق و از راه هوا (عطسه و سرفه)
- استفاده از سرویس های بهداشتی مشترک مثل حمام، توالت و استخر
- توسط حیوانات، نیش حشرات

نیازی به جداسازی مبتلایان به هپاتیت سی نیست

راههای پیشگیری از انتقال هپاتیت سی:

با در نظر گرفتن راههای انتقال، می توان راههای پیشگیری را شناخت:



۱. عدم استفاده از وسایل مشترک در تزریق، غربالگری خون های اهدایی در انتقال خون
۲. استفاده از کاندوم به عنوان وسیله پیشگیری از عفونت
۳. درمان مبتلایان به هپاتیت سی

چه کسانی بیشتر در معرض خطر ابتلا به هپاتیت سی قرار دارند؟

در واقع هر فردی که در معرض ویروس هپاتیت سی قرار گیرد، به گونه ای که ویروس وارد بدن شود، ممکن است مبتلا به بیماری شود. اما خطر ابتلا در گروههای زیر بیشتر می باشد:

- افراد با سابقه اعتیاد تزریقی بدلیل استفاده از وسایل مشترک در تزریق (شایعترین راه انتقال است)
- پرسنل بهداشتی-درمانی بدلیل عدم رعایت اصول احتیاطات استاندارد در ارائه خدمات ممکن است خود یا بیماران را در معرض انتقال ویروس قرار دهند
- به هر شکلی که اشتراک در استفاده از وسایل تیز و برنده وجود داشته باشد نظیر خالکوبی و ...

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

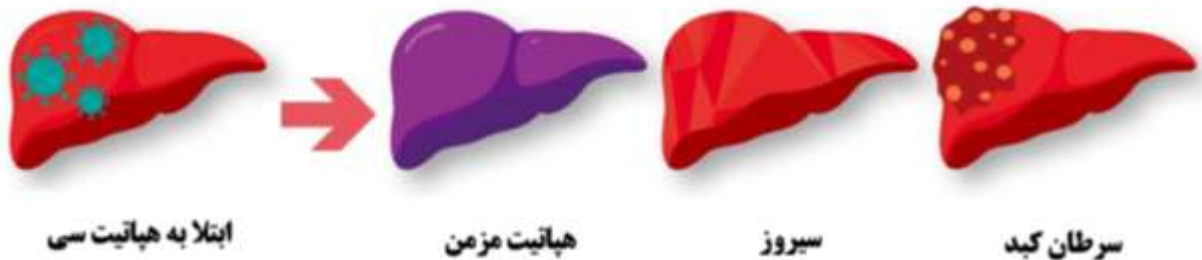
سیر بیماری:

بطور کلی در هپاتیت سی، چه در فاز حاد بیماری و یا در بیماران با هپاتیت مزمن، در اغلب موارد علائم خفیف می باشد و حتی ممکن است هیچ علامتی نداشته باشند. ممکن است سالها طول بکشد و زمانی که تخریب شدید کبدی رخ داده باشد، متوجه ابتلا در فرد شویم.



در مرحله حاد بیماری و با ورود ویروس هپاتیت سی به بدن، در کمتر از ۲۰٪ موارد ممکن است علائمی بصورت تب مختصر، درد سمت راست و بالای شکم (در محل کبد)، تهوع، استفراغ، بی اشتها، ادرار تیره و زردی ایجاد شود که همانگونه که قبلا

اشاره شد معمولا بسیار خفیف است. در کمتر از چند هفته علائم برطرف می شود و فرد وارد مرحله ای می شود که علائمی ندارد و بر اساس سیر بیماری، ممکن است ویروس خود به خود از بدن پاک شده و فرد بهبود یابد و یا به سمت بیماری مزمن، پیشرفت کند.



در حدود ۲۰-۳۰٪ افرادی که مبتلا به هپاتیت سی می شوند، با گذشت ماهها بیماری در بدن از بین رفته و از ویروس پاک می شود. این گروه افراد در واقع بعنوان درمان یافته بدون نیاز به دارو محسوب می شوند. در سایر افراد که حدود ۷۰-۸۰٪ موارد مبتلایان هستند، ویروس در کبد باقی مانده و بتدریج بیماری پیشرفت می کند و از این میان تعدادی نیز پس از سالها به سمت نارسایی شدید کبدی می روند که به نام سیروز نامیده می شود. در درصد اندکی نیز در انتها احتمال بروز سرطان کبد وجود دارد.

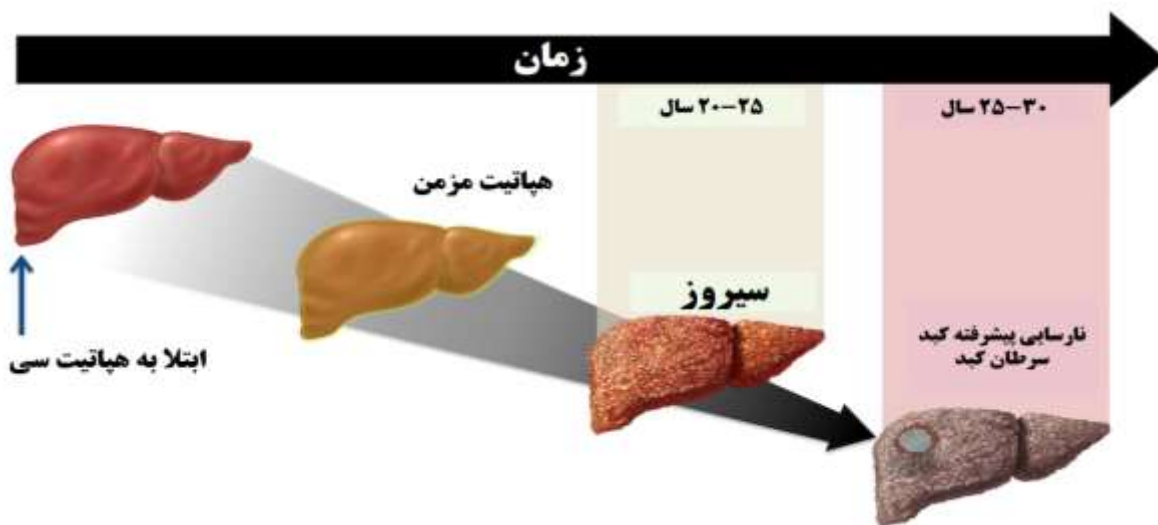
دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

علائم هپاتیت سی مزمن:

در تصویر مقابل علائمی که با پیشرفت بیماری هپاتیت سی در فرد ممکن است ایجاد شود، نشان داده شده است.

علائم گوارشی (بی اشتها، تهوع، استفراغ، اسهال، مدفوع روشن)، دردهای مفصلی استخوانی، ضعف و بیحالی، سردرد، درد شکم، بثورات جلدی در پاها، خارش و زردی از جمله علائمی است که با شدت و ضعف متفاوت در این بیماران دیده می شود.

با نگاهی به تصویر می توان دریافت که ابتلا به هپاتیت سی، در صورتی که بهبود خودبخودی نداشته باشد، می تواند فرد را بتدریج به سمت نارسایی کبد پیش ببرد.



در واقع در ۳۰-۲۰٪ موارد، فردی که مبتلا به هپاتیت سی مزمن شده باشد، پس از گذشت ۲۵-۲۰ سال دچار سیروز (سختی کبد) می شود که با علائمی چون تهوع، زردی، خارش پوست، ورم پا، سوءتغذیه، خستگی و خواب‌آلودگی ظاهر می‌شوند. در طی سالهای بعدی حدود ۱-۴٪ مبتلایان به سیروز، بیماری شدیدتری پیدا می کنند و کبد کاملاً از کار می افتد و حتی سرطان کبدی ایجاد می شود.

نکته: اگر فرد مبتلا به هپاتیت سی، همزمان مبتلا به بیماری های دیگری نظیر هپاتیت بی و یا HIV باشد، سرعت پیشرفت بیماری مزمن کبدی بیشتر می شود.

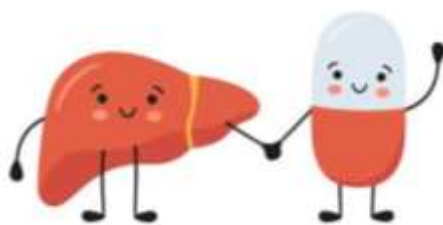
دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

نکات مهم در مشاوره بیماران:

- رعایت نکات زیر می تواند سرعت پیشرفت بیماری مزمن کبدی و آسیب ناشی از آن را کاهش دهد:
- عدم مصرف هر نوعی از نوشیدنی های الکلی (الکل در مبتلایان به هپاتیت سی کشنده است)
 - عدم مصرف خودسرانه داروهای مختلف، اغلب داروهای مصرفی از طریق کبد از بدن دفع می شوند و در صورت آزردهی کبدی، مصرف این داروها حتی استامینوفن ساده می تواند باعث تشدید آسیب کبدی شود
 - عدم مصرف خودسرانه انواع ویتامین ها و قرص های آهن

آنچه بیشترین اهمیت را در این میان دارد، درمان هر چه سریعتر مبتلایان به هپاتیت مزمن سی می باشد

درمان:



بیماری هپاتیت سی مزمن، با استفاده از داروهای مؤثر، قابل درمان است. با مصرف منظم داروهای موجود، عمدتاً در طول مدت ۳ ماه، در بیش از ۹۵٪ موارد بهبود کامل در فرد ایجاد می شود به گونه ای که ویروس از بدن پاک شده و دیگر بیماری کبدی ادامه پیدا نمی کند و نیز، ویروس به سایرین منتقل نمی شود.

در واقع درمان هپاتیت سی، مهمترین راه پیشگیری از گسترش این بیماری می باشد و در حال حاضر در دسترس می باشد.



ضمیمه ۲: نمونه چند پیام کوتاه برای روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

پیش به سوی حذف هپاتیت C گامی نو برای ارتقاء سلامت در زندان

پیام‌های کلیدی

۱. هپاتیت یکی از علل اصلی سرطان کبد و یک قاتل جهانی رو به رشد است.
۲. هپاتیت های ویروسی مزمن سالانه باعث ۱.۳ میلیون مرگ می‌شود که بیشتر آنها ناشی از سرطان کبد و سیروز (نارسایی شدید کبد) است. این یعنی ۳۵۰۰ مرگ در هر روز.
۳. هپاتیت های B و C با ۸۰۰۰ مورد ابتلای جدید روزانه، بی‌صدا و آرام در حال گسترش هستند.
۴. دانستن وضعیت ابتلا به هپاتیت B و C اولین قدم برای متوقف کردن سرطان کبد است.
۵. اکثر افراد مبتلا به هپاتیت B یا C نمی‌دانند که آلوده شده‌اند. تشخیص زودهنگام اولین قدم برای دسترسی به درمان نجات‌بخش و پیشگیری از سرطان کبد است.
۶. آزمایش - به ویژه برای افرادی که در معرض خطر بیشتری هستند - برای پایان دادن به هپاتیت بسیار مهم است.
۷. ما می‌توانیم تا سال ۲۰۳۰ از ۲.۸ میلیون مرگ جلوگیری کنیم - اما تنها در صورتی که جهانیان اکنون اقدام کنند.
۸. حذف هپاتیت در دسترس است. ما واکسن، درمان‌های اثربخش و ابزارهای اثبات شده برای جلوگیری از انتقال هپاتیت های ویروسی داریم.
۹. بسیاری از موارد هپاتیت تا زمانی که بیماری پیشرفت کرده باشد، تشخیص داده نمی‌شوند.
۱۰. با تشخیص به موقع و مراقبت‌های یکپارچه و مردم‌محور، جان انسان‌ها را نجات می‌دهد و سرطان کبد را قبل از شروع متوقف می‌کند.

دستورالعمل آئین بزرگداشت روز جهانی هپاتیت سال ۱۴۰۵

پیام‌های آگاهی‌بخشی و پیشگیری:

- ❑ «هپاتیت B و C را بشناسید. همین حالا اقدام کنید! آزمایش دهید، واکسینه شوید و سلامت کبد خود را کنترل کنید.»
- ❑ «پس از ابتلا، هپاتیت B و C نمی‌تواند صبر کند! تشخیص زودهنگام جان انسان‌ها را نجات می‌دهد. همین امروز آزمایش دهید.»
- ❑ «از هپاتیت‌های ویروسی پیشگیری کنید - موازین بهداشتی را رعایت کنید، واکسینه شوید و از تزریقات غیر ایمن خودداری کنید.»
- ❑ «یک دوره واکسن می‌تواند از هپاتیت B جلوگیری کند. یک آزمایش می‌تواند جان شما را نجات دهد. منتظر نمانید!»

پیام‌های حمایت و همبستگی:

- ❑ «برای ریشه‌کن کردن هپاتیت C در کنار هم بایستیم. هیچ‌کس نباید در سکوت رنج ببرد.»
- ❑ «امید، بهبودی و سلامتی برای همه مبتلایان به هپاتیت C وجود دارد. شما تنها نیستید!»
- ❑ «در روز جهانی هپاتیت، بیایید برای مبارزه با انگ و حمایت از مبتلایان به هپاتیت متحد شویم.»

پیام‌های انگیزشی و دعوت به اقدام:

- ❑ 8 "آینده بدون هپاتیت‌های B و C از شما شروع می‌شود. آزمایش دهید. درمان شوید. بهبود یابید!"
- ❑ 9 "هپاتیت‌های B و C را ریشه‌کن کنید - زیرا هر جانی مهم است!"
- ❑ 10 "دیگر سکوت نکنید! صحبت کنید، آگاهی‌رسانی کنید و به پایان دادن به هپاتیت B و C کمک کنید."