

التهاب الكبد الفيروسي

المعرفة الحالية والوقاية والعلاج



نشرة توجيهية | متوفرة بـ 15 لغة



النشر والطبع

التهاب الكبد الفيروسي - المعرفة الحالية والوقاية والعلاج

الناشر: المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً كجمعية (EMZ)
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V. (EMZ)
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland
info@ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de oder www.ethnomed.com

الترجمة: خدمة الترجمة في المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً
كجمعية (EMZ e.V.)

هيئة التحرير وضمان النوعية الاختصاصية:
Ramazan Salman, Matthias Wentzlaff-Eggebert, Dr. Matthias Wienold,
Ahmet Kimil, Michael Kopel

دلائل الصور: صورة الغلاف Rawpixel Ltd/istock.com
الصفحة 6 (© bluebay2014/stock.adobe.com) الصفحة 7 (© ag visuell/stock.adobe.com)
الصفحة 8 (© Rostislav Sedlacek/stock.adobe.com) الصفحة 9 (© XtravaganT/stock.adobe.com)
الصفحة 10 (© Tobias Arhelger/stock.adobe.com) الصفحة 12 (© bagi1998/istock.com)
الصفحة 13 (© Nomad/istock.com) الصفحة 14 (© BlackJack3D/istock.com)
الصفحة 14 (© dra_schwartz/istock.com) الصفحة 16 (© senoldo/stock.adobe.com)
الصفحة 17 (© Guido Grochowski/istock.com)

إمكانيات طلب نسخ مطبوعة:
عن طريق الشبكة: www.ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de
البريد الإلكتروني: info@ethnomed.com | bestellportal@ethnomed.com
كتابياً عن طريق العنوان البريدي:
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V., Königstraße 6, 30175 Hannover

هذه النشرة التوجيهية متوفرة باللغات التالية:
الألمانية، والعربية، والبلغارية، والألمانية، والإنجليزية، والفارسية، والفرنسية، والإيطالية،
والكردية، والبولونية، والرومانية، والروسية، والصربية، الكرواتية، والإسبانية، والتركية.

الطبعة الأولى

تاريخ الاصدار: ديسمبر 2018

تم تكريس النشرة التوجيهية المعروضة هنا لإستخدامها من قبل شريحة واسعة من الرأي العام. ومن أجل ضمان دقة المحتوى فإن جميع الحقوق محفوظة. كما أن الأستخدام الأخر الذي لا يوجد في الإطار القانوني المنصوص عنه يتطلب الإذن الخطي المسبق من قبل الناشر "المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً كجمعية (EMZ e.V.)" للسماح بذلك. الرجاء منكم أن تكتبوا لنا عن ذلك.

نقدم الشكر لشركة "ميرك شارب ودوهم

MSD Sharp & Dohme، المحدودة المسؤولية،

للدعم الودي الذي قدموه لنا أثناء إنشاء

هذا الكتيب.



INVENTING FOR LIFE



التهاب الكبد الذي يتم التسبب به عن طريق عدوى فيروسية هو مشكلة صحية منتشرة على المستوى العالمي، التي غالباً ما يستهان بها. ولا تسبب بعض الأشكال المتعاب فوراً، إنما يمكن أن يكون لها تبعات شديدة متأخرة. والخبر السار هو أن المرء يستطيع منع هذه في بعض الحالات عن طريق اللقاح، والكشف المبكر والعلاج. ومن يكون قد استعلم عنه بشكل جيد، يمكنه حماية نفسه بشكل أفضل.

وطور المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً كجمعية (EMZ e.V.) هذه النشرة التوجيهية عن التهاب الكبد. وسيسرنا عندما تساهم بذلك، يدا بيد معكم من أجل الحفاظ على صحتكم وتحسينها. وقد اكتفينا بتحديد أهم الدلائل الطبية المهمة. وتكون المحادثة مع طبيبك أو طبيبتكم في حالات مفردة بشكل دائم أهم شئ من أجل توضيح الأسئلة الأخرى. وتجدون في النهاية عناوين المؤسسات التي يمكنها متابعة مساعدتكم بشكل إضافي.

الأستاذة الدكتورة غيزيلا فيشير

رمضان سلمان

المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً كجمعية (EMZ e.V.)

5	مقدمة	1
6	الكبد	2
7	ما هو التهاب الكبد؟	3
9	التهاب الكبد فئة A	4
11	التهاب الكبد فئة B	5
13	التهاب الكبد فئة C	6
16	التهاب الكبد فئة D	7
17	التهاب الكبد فئة E	8
18	قاموس المصطلحات المهمة*	9
19	ملاحظات	10

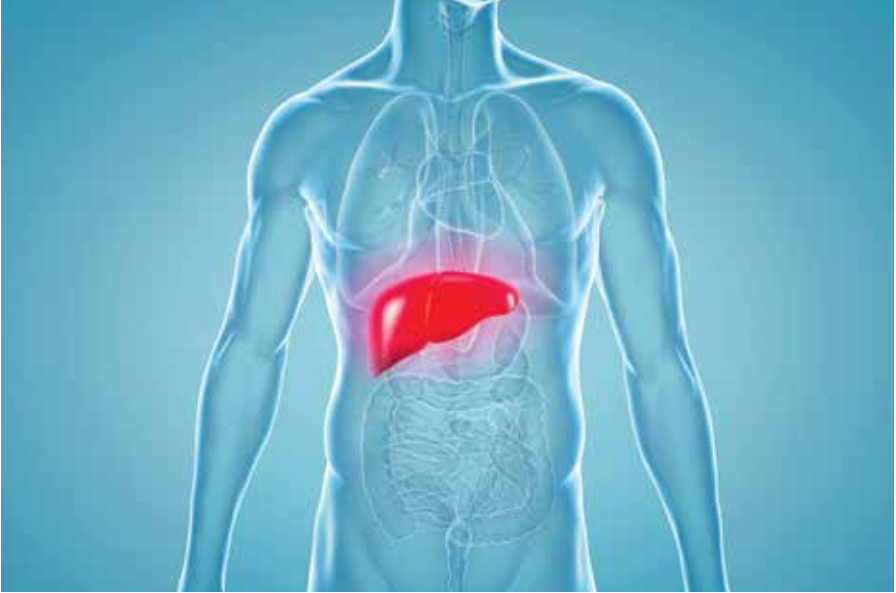
* إن بعض المصطلحات الإختصاصية في النص مكتوبة بخط مائل بارز. تجدون توضيح لها بدءاً من الصفحة 18 في قاموس المصطلحات المهمة.

بما أنه يمكن لالتهاب الكبد الفيروسي أن يسبب تبعات مضرّة على الصحة، فتكون الوقاية والكشف المبكر مهمين. وإذا عرفت طرق انتقال العدوى والأخطار، فتستطيعون حماية أنفسكم والاهتمام بأن يتم اكتشاف العدوى بفيروسات التهاب الكبد في وقت مبكر والقيام بعلاجها. وتحتوي النشرة التوجيهية هذه على معلومات عن الأشكال المتعددة لالتهاب الكبد الفيروسي، وعلى إجراءات الوقاية والفحوصات، وكذلك على العلاج والدعم.

وفيروسات التهاب الكبد منتشرة بشكل واسع متنوع في مناطق متعددة في العالم. ولذلك يكون تقدير الخطر الشخصي عليكم مهماً، وأن يؤخذ أصلكم والأسفار الخاصة بعين الاعتبار أيضاً. ونود عن طريق هذا الكتيب منحكم إرشادات قيمة، كيف يمكنكم وقاية أنفسكم من العدوى بفيروسات التهاب الكبد وما الذي يمكن عمله في حالة المرض.

يدخل الفيروس في حالة عدوى الكبد إلى داخل الجسم ويسبب تغييرات تؤدي إلى مرض الأشخاص المصابين بالعدوى. وتهاجم كائنات حية معدية مختلفة أجزاء عديدة من الجسم، ويصاب الكبد بها أثناء التهاب الكبد. وينتشر التهاب الكبد الفيروسي في الغالب من شخص إلى شخص أو عن طريق المواد الغذائية الملوثة.

يعد الكبد أهم عضو للاستقلاب (التمثيل الغذائي) في جسم الإنسان. وهو يقع في يمين البطن العلوي، وكل شيء يمكن تلقيه من الأمعاء إلى الدم يتم نقله إلى الكبد. ويتم هناك تحويل أجزاء الطعام الممتصة أو تخزينها، بحيث توضع تحت تصرف أعضاء أخرى.



صورة: الكبد كعضو مركزي في الاستقلاب.

وعدا عن ذلك يكون الكبد أكبر عضو عندنا لإزالة السموم. وتدخل المواد الضارة كالكحول (الميثانول) والنيكوتين مثلًا في البداية إلى الكبد، ويتم هناك تحويل المواد السامة إلى مكونات غير ضارة. ولذلك يمكن لكثير من المواد (على سبيل المثال الكحول) أن تضر الكبد.

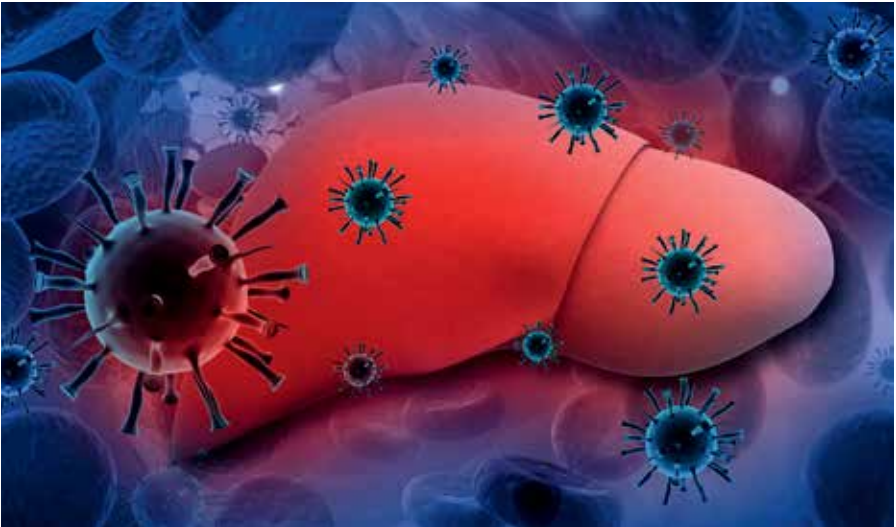
يعد من أهم وظائف الكبد بناء أنواع الزلال (البروتينات)، التي يتم عندها إعطائها إلى الدم حسب الحاجة. ويتم أيضاً هدم الزلال في الكبد. وهو يخدم كعضو تخزين للسكر (الغلوكوز) الذي لا تتم الحاجة إليه مباشرة، ويكون سائل المرارة من أجل الهضم. وتبنى بالإضافة إلى ذلك في الكبد مواد الشحوم المهمة للجسم، وكذلك تخزين الفيتامينات وطرحها عند الحاجة. ويشارك الكبد أيضاً في بناء الحاثات (الهرمونات) المهمة التي نحتاجها على سبيل المثال للنمو.

ما هو التهاب الكبد؟

كلمة "Hepatitis" تعني "التهاب الكبد" (من كلمة hepar التي تعني باليونانية الكبد). ويمكن أن يكون السبب، إلى جانب العدوى الفيروسية، إصابات الاستقلاب أو أشكال التسمم أيضاً على سبيل المثال عن طريق الكحول. ويتم عندئذ إطلاق ما يسمى بالمخمرات (الأنزيمات) من خلايا الكبد المتضررة، ومن بينها ما يسمى بمخمرات الترانسأميناز. ويكون ارتفاع مستوى مخمرات الترانسأميناز الكبدية في الدم مؤشر مهم لوجود التهاب الكبد.

عن اليرقان (الاصفرار). بما أنه يمكن للاستقلاب الحراري أن يكون مضطرباً أيضاً أثناء التهاب الكبد، فيمكن أن يحدث الإحساس العام بالضعف.

يمكن عن طريق تضرر الكبد أن يحصل اضطراب في الاستقلاب. كما يمكن أن يكون تجمع منتجات الهدم مرئية كتلون أصفر للجلد أو بياض العين كشيء مرئي لافت للنظر. ويتكلم المرء في مثل هذه الحالة



أغلب سبب لالتهاب الكبد هو العدوى بفيروسات التهاب الكبد A، B، و C، و D أو E. وأغلب الأسباب التي لاتعدي هي استهلاك الكحول (المشروبات الكحولية)، واضطرابات الاستقلاب والتأثيرات الجانبية للأدوية.

الأعراض العامة لالتهاب الكبد هي:

- ضغط في يمين البطن العلوي.
- الشعور العام بالمرض و / أو حمى خفيفة.
- فقدان الشهية والغثيان والشعور بالتخمة.
- تلون أصفر للجلد ولبياض العين وبول داكن أيضاً.
- الحك المبهيج، وطفح جلدي خفيف في بعض الحالات.

لكن تدل قيم الكبد المرتفعة في الدم قبل كل شيء على إمكانية وجود التهابه، ويمكن للفحص بالموجات فوق الصوتية أن يكشف وجود تضخم الكبد. ويستطيع المرء أن يثبت أو ينفي وجود التهاب الكبد الفيروسي عن طريق قياس الأجسام المضادة المناسبة ومكونات الفيروس في الدم. وفي حالة عدم وضوح المسبب أو تقدير درجة تضرر الكبد يمكن أن يكون أخذ عينة ("خزعة") من نسج الكبد لازماً.

ويمكنكم أخذ لقاح ضد التهاب الكبد A و B. وإذا كان عندكم قديماً خطورة العدوى بالتهاب الكبد C، فيكون حتمي عندئذ أن تسمحوا بفحص أنفسكم، لأنه يمكن أن يُشفى الإنسان اليوم من التهاب الكبد C. ويتم عن طريق ذلك تجنب تبعات متأخرة ممكنة، على سبيل المثال تشمع الكبد أو سرطان الكبد.

أين يتم تقديم الفحوصات والعلاج لالتهاب الكبد؟

- يتم في بعض ولايات الإتحاد فحص وجود التهاب الكبد B و C عند اللاجئين وطالبي أو طالبات اللجوء في أول لقاء استقبال للاجئين.
- عرض لفحص وجود التهاب الكبد B من أجل العناية والإمداد الطبي للأم وتبقيتها للولادة.
- الأشخاص الذين كان لديهم خطر العدوى، يمكنهم السماح بالقيام بالفحص الطبي في عيادة طبيب الأسرة.
- يمكن من أجل توضيح مؤشرات مرضية معينة أن يكون فحص وجود التهاب الكبد ضرورياً، حتى لو لم يكن خطر العدوى معروفاً.
- توجد أيضاً فحوصات طبية مجانية ودون الكشف عن هوية طالب الفحص عند إدارات الصحة ومؤسسات الاستشارة.
- يدفع رب العمل تكاليف الفحص لمجموعات مهن معينة عن طريق طبيب أو طبيبة مؤسسة العمل، على سبيل المثال عند التوظيف في المستشفيات. وتدفع شركة التأمين القانونية ضد الحوادث تكاليف العناية والإمداد الطبي إذا حدثت العدوى عن طريق المهنة.

يتم العلاج دائماً من قبل طبيب أو طبيبة. ويكون طبيب أو طبيبة أمراض الكبد مثل التهابه مختصين في تلك الأمراض.



يسبب فيروس التهاب الكبد فئة A (HAV) مرض التهاب الكبد A، إلا أن أعراضه لا تختلف عن أشكال التهاب الكبد الفيروسي الأخرى. وينجو الفيروس أيضاً من درجات حرارة مرتفعة وكذلك من مواد مطهرة كثيرة وهو منتشر على المستوى العالمي. ويظهر التهاب الكبد A في أغلب الأحيان في الدول النامية. ويمرض هناك الكثير من الأشخاص في سن الطفولة أو الشباب. ويمكنكم أن تحصلوا على لقاح ضد التهاب الكبد A.

الانتقال والوقاية

يتم طرح فيروس التهاب الكبد A عن طريق البراز ويمكنه أن يتسلل إلى الجسم عن طريق الفم. ولهذا يمكن أن يتم عدوى المرء عن طريق المواد الغذائية الملوثة بماء الصرف الصحي أو ماء الشرب، لكن عن طريق قلة النظافة أو الإتصالات الجنسية أيضاً.

أغلب طرق انتقال العدوى هي:

- المواد الغذائية الملوثة وماء الشرب.
- عدم كفاية المنشآت الصحية.
- غسل اليدين بشكل غير كاف.
- الاتصالات الجنسية، وبشكل خاص الملامسات الشرجية - الفموية.

لهذا السبب يوجد خطر مرتفع لدى:

- المسافرين إلى المناطق التي يكون فيها التهاب الكبد A منتشر جداً.
- العاملين في مهن الرعاية الصحية.
- الأشخاص الذين لهم علاقة مهنية في مجال الصرف الصحي.
- الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.



التشخيص والعلاج

تسير العدوى عند الأطفال بشكل خاص غالباً دون لفت النظر. لكن يمكن بعد 15-50 يوماً أن تظهر أعراض التهاب الكبد النموذجية. ويكون لدى الأشخاص المسنين غالباً أعراض شديدة. وإذا تم شفائكم من التهاب الكبد A، فتكونون محميين (محصنين) من تجدد المرض. ويحدث بشكل نادر جداً سير المرض بشكل قوي مع فشل الكبد. ويتم أثناء وجود أعراض التهاب الكبد فحص ارتفاع قيم الكبد في الدم. ويمكن إثبات وجود الأجسام المضادة أن يظهر العدوى التي تم التعرض لها والحالية. ولا يدع فيروس التهاب الكبد A الأدوية الموجودة حالياً لمكافحته. ويخدم العلاج دعم الجسم أثناء الشفاء، حتى تعود الأعراض على سبيل المثال الحمى، والشعور بالغثيان إلى الاختفاء. وهذا يعني أنه يجب عليكم تجنب كل ما يجهد الكبد (الكحول، وأدوية محددة) وشرب الماء بما فيه الكفاية.

يوجد لقاح ضد التهاب الكبد A، الذي تستمر وقايته لسنوات كثيرة. ويتم النصح به لكل المجموعات التي تتعرض للخطر. ويتحمل صندوق التأمين الصحي أرب العمل التكاليف. استفسروا واسمحوا بأن يتم تلقيحكم إذا لزم الأمر.

تحمي النظافة المنزلية العادية والتعامل بعناية مع المواد الغذائية من أغلب العدوى، ومنها التهاب الكبد A. اغسلوا أيديكم إذن بعد كل استعمال لدورة المياه وكذلك قبل البداية بتحضير الأطعمة وقبل الطعام، واطفئوا بعناية الخضروات والفواكه الطازجة. وإذا كنتم تعملون مهنيًا في مجال العناية الصحية أو الصرف الصحي، فتوجد لكم نصوص قانونية عن النظافة، التي تحمي من انتقال العدوى. وإذا لم تكونوا متأكدين من ذلك، فاسألوا رب عملكم أو نقابة عمالكم عنها.



يسبب فيروس التهاب الكبد فئة B (ب، HBV) أحد أكثر أمراض التهاب الكبد انتشاراً في العالم، لكنه منتشر في مناطق متعددة بشكل متباين قوي. وأغلب البالغين يتعاون بشكل كامل من العدوى بالتهاب الكبد B الحاد. ويصبحون بعد ذلك على الأغلب محصنين (لديهم مناعة) مدى الحياة من عدوى جديدة. لكن يبقى إثبات وجود الفيروس موجود عند 5-10% من البالغين، وفي مرات أكثر عند الأطفال الصغار لفترة أطول من ستة أشهر في الدم. ويتكلم المرء بعد ذلك عن التهاب الكبد B المزمن. يمكنكم أخذ لقاح ضد التهاب الكبد B.

لهذا السبب يوجد خطر مرتفع لدى:

- الرجال الذين يمارسون العمل الجنسي مع الرجال.
- الأشخاص الذين يبدلون غالباً شريك أو شريكة ممارسة الجنس.
- الأشخاص الذين يتناولون المخدرات عن طريق الحقن في الوريد.
- الأشخاص في السجن.
- الطاقم الطبي الذي له علاقة مهنية مع الدم.
- الأطفال من الأمهات المَعْدِيَات بالفيروس.

إذا كنتم قادمين من منطقة من العالم تكون فيها العدوى بالتهاب الكبد B شائعة جداً، فيمكنكم أن تكونوا حاملين لفيروس التهاب الكبد B في جسمكم، دون معرفة ذلك. وينضم لهذه المناطق قبل كل شيء آسيا، وجنوب المحيط الهادئ، ومنطقة جنوب الصحراء الكبرى، وجنوب أمريكا والشرق الأوسط. لكن يوجد المرء في منطقة البحر المتوسط وشرق أوروبا بشكل واضح أشخاصاً يحملون الأجسام المضادة ضد التهاب الكبد B بصورة متزايدة أكثر من الأشخاص في ألمانيا.

اسمحوا إذن بفحص أنفسكم، وعلاجكم، إذا لزم الأمر.

الانتقال والوقاية

يتم انتقال الفيروس من شخص مَعْدِي به إلى شخص غير مَعْدِي قبل كل شيء عن طريق الدم، لكن عن طريق سوائل الجسم الأخرى مثل اللعاب، والسائل المنوي ومفرزات المهبل أيضاً، وتكون خطورة العدوى قليلة أثناء التعامل العادي مع الآخرين وفي الشؤون المنزلية.

أغلب طرق انتقال العدوى هي:

- الاتصالات الجنسية.
- الاستعمال المشترك لإبر الحقن والإبر المَجْوُوفَة أثناء استهلاك المخدرات.
- ثقب الجسم للحلي غير المعقم، والوشم أو الحلاقة.
- العمل الطبي غير المعقم، على سبيل المثال في الماضي أو في المناطق التي تكون النظافة فيها قليلة.
- من الأم إلى الطفل أثناء الولادة.

وتكون العدوى في سن الصغر شئى مغاير تماماً. ما يزيد على 90% تتطور إلى التهاب الكبد B المزمن. وهذا يعني أن مكونات الفيروس تبقى بشكل يمكن اثباتها في الدم لفترة أطول من ستة أشهر. ويوجد أثناء التهاب الكبد B المزمن خطر مرتفع لتليف الكبد وتشمعه. وهذا يعيق عمل الكبد. وعدا عن ذلك يرفع تشمع الكبد من خطورة سرطان الكبد.

وتكون قيم الكبد المرتفعة إشارة إلى إمكانية وجود التهاب الكبد B. وتكون فحوصات الدم ضرورية من أجل التأكد من ذلك. ويكون مهماً التمييز بين التهاب الكبد B الحاد والمزمن، لأن العدوى المزمنة تدل على تبعات متأخرة. ويمكن أن يكون أخذ عينات من نسيج الكبد (خزعة الكبد) ضرورياً. من أجل تقدير ضرر الكبد.

ويحصل الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد B المزمن غالباً على علاج مضاد للفيروس. وبشكل خاص عندما يكون الفيروس قد تكاثر بقوة أو التهاب الكبد أو تضرر فعلاً.

يمرض المولدون الجدد الذين تم عداوهم أثناء الولادة غالباً بالتهاب الكبد B المزمن. ويمكن الحول دون انتقال الفيروس أثناء الولادة عن طريق تلقيح المولودين الجدد مباشرة بعد الولادة. ولذلك يكون مهماً أن يتم فحص الأمهات قبل الولادة. ومن أجل هذا فإن الفحص منصوص عليه قانونياً في إرشادات حماية الأم في ألمانيا.

ومن لديه التهاب الكبد B المزمن، يمكنه عدوى الآخرين. قوا انفسكم أثناء الاتصالات الجنسية عن طريق الواقيات الذكرية (الكبود). لا تستعملوا أثناء استهلاك المخدرات أية أدوات سوية مع الآخرين. وتقدم كثير من منظمات المساعدة ومؤسسات الاستشارة للأشخاص الذين يستهلكون المخدرات معدات حقن معقمة. لا تستعملوا أية آلات حلاقة، ومقصات الأظافر وفراشي الأسنان سوية مع الآخرين.

التشخيص والعلاج

لا يكون لدى ثلث المصابين تقريباً أية متاعب مطلقاً. وتظهر في البداية أثناء التهاب الكبد B الحاد أعراض مثل فقدان الشهية، وآلام في المفاصل، والشعور بعدم الراحة، والشعور بالغثيان والإقياء أو الحمى. ويمكن بعد 3 إلى 10 أيام ظهور تلون أصفر للجلد ويصبح البول داكناً. وقليل جداً من الناس يصابون بمرض شديد وربما يحصل عندهم فشل الكبد. وأكثر من 90% من البالغين يتعافون بشكل كامل ودون حدوث أية تبعات أخرى.



يتم التسبب بالتهاب الكبد فئة C عن طريق العدوى بفيروس التهاب الكبد C (HCV). ويميز المرء أثناء العدوى بفيروس التهاب الكبد C بين عدة أصناف، أي أنماط وراثية. وهي منتشرة بقوة في مناطق متعددة وبين مجموعات سكانية مختلفة. ولا يوجد لقاح وقائي له.

عند البعض سرطان الكبد أيضاً. وبذلك يرتفع الخطر بالاعتماد على نقل للكبد.

ويمكن اليوم شفاء التهاب الكبد C المزمن بالأدوية في 95% من الحالات. اسمحوا إذن بفحص أنفسكم، إذا كان لديكم مرة ما خطر للإصابة بالتهاب الكبد C.

وفقاً لبيانات منظمة الصحة العالمية ينعدي بفيروس التهاب الكبد C كل عام 1,75 مليون إنسان جديد على المستوى العالمي. ويتم تقدير عدد المصابين بعدوى الفيروس بحالة مزمنة بـ 71 مليون شخص. ويكون هذا موضوعاً صحياً مهماً بسبب التبعات اللاحقة الممكنة: يتطور تشمع الكبد عند ربع الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد C المزمن بعد ذلك بمعدل وسطي حتى سن العشرين سنة، ويتطور



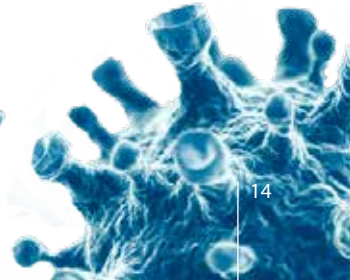
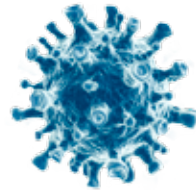


أغلب طرق انتقال العدوى هي:

- الاستعمال المشترك للإبر المجوفة وإبر الحقن، والأنابيب الصغيرة والأدوات أثناء استهلاك المخدرات عن طريق الحقن الوريدي، أو استنشاقها ("Sniefen") أيضاً.
- عن طريق ممارسة الجنس دون حماية، وخاصة عند الرجال الذين يمارسون العمل الجنسي مع الرجال.
- الأعمال الطبية غير المعقمة، في الماضي أو في المناطق التي تكون النظافة فيها غير كافية (قبل كل شيء عن طريق استخدام الإبر المجوفة وإبر الحقن لعدة مرات، على سبيل المثال أثناء حملات التلقيح أو في طب الأسنان) .
- عمليات نقل الدم قبل إدراج فحص فيروس التهاب الكبد C المعتاد للدم ومنتجات الدم (في ألمانيا قبل عام 1992).

الانتقال والوقاية

يتم انتقال فيروس التهاب الكبد C بشكل أساسي عن طريق تلامس الدم بالدم. ويكفي ذلك عندما تصل كمية صغيرة جداً من الدم المعدّي إلى الدورة الدموية لشخص ليس لديه عدوى. وتكون العدوى عن طريق ممارسة الجنس نادرة، لكنها ممكنة، وخاصة عندما تحدث جروح صغيرة أثناء ممارسة الجنس. ولا يتم نقل العدوى بالتهاب الكبد C عن طريق حليب الأم، والطعام المشترك، والشرب أو التواصلات الاجتماعية.



لهذا السبب يوجد خطر مرتفع لدى:

- الأشخاص الذين يتناولون المخدرات عن طريق الحقن في الوريد أو الاستنشاق.
- الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
- الأشخاص في السجن.
- الأشخاص الذين تلقوا دمًا أو منتجات دم غير مفعّولة، وأشياء مزروعة في الجسم أو دبال الدم (غسيل الكلى) (في ألمانيا قبل عام 1992).
- الأشخاص من مناطق تكون فيها نسبة العدوى بفيروس التهاب الكبد C مرتفعة (أفريقيا، ووسط وشرق آسيا).

لا توجد مادة لقاح ضد التهاب الكبد C. قوا انفسكم أثناء ممارسة الجنس عن طريق الواقيات الذكرية (الكبود). ولا تستعملوا أثناء استخدام المخدرات أية أدوات سوية مع الآخرين. وتقدم كثير من منظمات المساعدة ومؤسسات الاستشارة للأشخاص الذين يستهلكون المخدرات معدات حقن معقمة. لا تستعملوا أيضاً أية آلات حلاقة، ومقصات الأظافر وفراشي الأسنان سوية مع الآخرين.

التشخيص والعلاج

يتغلب الجسم على الفيروس لدى حوالي ثلث المصابين، وغالباً دون أية أعراض. وإذا لم يحدث ذلك، فيصبح التهاب الكبد C مزمناً. ولا تظهر هنا أيضاً أية أعراض أو تظهر غالباً أعراض خفيفة. لكن 2 إلى 35٪ من المصابين بمرض التهاب الكبد C المزمن يتطورون في بادئ الأمر بعد 20 إلى 25 عاماً تليفت الكبد وربما في وقت متأخر تشمع الكبد. ويفقد الكبد بعد ذلك عمله بشكل متزايد، ويمرض سنوياً حوالي 2 - 5٪ من مرضى تشمع الكبد بسرطان الكبد.

إن أول فحص لالتهاب الكبد C هو فحص الدم، الذي يتم فيه البحث عن الأجسام المضادة للفيروس. إلا أنها تظهر أيضاً في دم الأشخاص الذين تغلبوا على الفيروس بشكل طبيعي أو تم الشفاء منه عن طريق العلاج. ولذلك يكون مهماً في حال الوجود الإيجابي للأجسام المضادة في الفحص القيام بفحص دم آخر.

ويتم هنا إثبات المادة المورثة (الحمض النووي الريبوزي، RNA) للفيروس في نفس الدم (فحص الحمض النووي الريبوزي، RNA-Test). ويمكن أن يكون أخذ عينات من نسيج الكبد (خزعة الكبد) ضرورياً من أجل تقييم درجة ضرر الكبد. وينبغي علاج التهاب الكبد C المزمن في وقت مبكر قدر الإمكان، لأن خطر التبعات اللاحقة يرتفع مع تقدم السن وتنامي المرض. ويكون هدف العلاج إبعاد الفيروس من الجسم بشكل دائم.

لم يمكن علاج التهاب الكبد C قبل عدة سنوات ممكناً إلا بالاشتراك بين الالتهاب والادوية الأخرى فقط. واستمر هذا الشكل من العلاج لشهور، وكان له تأثيرات جانبية قوية وكان النجاح متبايناً وفقاً لنسب الفيروس.

وتم منذ عام 2011 شيئاً فشيئاً السماح الرسمي بتناول أدوية جديدة، تتدخل في عملية تزايد الفيروسات. ويصبح العلاج عن طريقها أقصر، ويتم تحملها بشكل أفضل بكثير وتنتج في أكثر من 95٪ من الحالات. حتى لو كان علاجكم السابق دون أي نتيجة، فلديكم اليوم فرصة جيدة جداً بالشفاء. وينبغي بشكل أساسي أن يتم علاج التهاب الكبد C المزمن في كل حالة، من أجل أن تتم الوقاية من تشمع وسرطان الكبد. وإذا كنتم من المتضررين به، فاستعلموا عن ذلك في عيادة طبيبك المختص وعند المنظمات الموجودة في نهاية هذه النشرة التوجيهية.

وبشكل مغاير عن العداوى الأخرى لا يؤدي التهاب الكبد C الذي تم الشفاء منه إلى المناعة، إذن يمكن أن تتعدوا من جديد ويجب عليكم الوقاية بناء على ذلك.

يظهر فيروس التهاب الكبد فئة D (د، HDV) (أو فيروس ديلتا، Delta-Virus) فقط مع صلة بفيروس التهاب الكبد B. والتهاب الكبد D منتشر بشكل قوي متباين في مناطق متعددة من العالم. ويمكن لمرض التهاب الكبد B إثناء العدوى الإضافية بفيروس التهاب الكبد D أن يسير بشكل أشد، مع وجود الخطر المرتفع لتشمع الكبد وسرطان الكبد.

الانتقال والوقاية

مثلما هو الحال في التهاب الكبد B يتم انتقال التهاب الكبد D بشكل أساسي عن طريق تلامس الدم بالدم. والانتقال عن طريق سوائل الجسم وملامسة الأغشية المخاطية، على سبيل المثال أثناء الاتصالات الجنسية ممكن أيضاً. ويعيق كذلك اللقاح الوقائي الفعال ضد التهاب الكبد B العدوى بالتهاب الكبد D. وإذا أصبتم مرة بالتهاب الكبد B الذي شفي، فتكونون محميين (محصنين) منه. وإجراءات الوقاية ضد التهاب الكبد B تصلح أيضاً ضد التهاب الكبد D. تجنبوا إذن الاستخدام المشترك لأدوات الحلاقة، ومقصات الأظافر وفراشي الأسنان، وكذلك إبر الحقن والإبر المجوفة أثناء استهلاك المخدرات واستخدامها الواقيات الذكورية. وفيروس التهاب الكبد D منتشر في منطقة البحر المتوسط، والشرق القريب، وباكستان، في وسط وشمال آسيا، واليابان، وتايوان، وغرينلاند، وكذلك بلدان قرن أفريقيا، وفي غرب أفريقيا، وفي حوض نهر الأمازون، وفي مناطق معينة من المحيط الهادئ.

ولذلك تكون الوقاية مهمة بشكل خاص، إذا كان لديكم التهاب الكبد B المزمن وتريدون السفر إلى هذه المناطق. تكلموا عن مخططات سفركم في الوقت المناسب مع طبيبيكم أو طبيبتكم.

التشخيص

لا تظهر مطلقاً في أغلب الأحيان أية أعراض أثناء العدوى بالتهاب الكبد B و D في نفس الوقت. لكن يمكن أن تحدث المتاعب النمطية لالتهاب الكبد. ويتعافى المصابون غالباً بشكل كامل، ويحصل عند حوالي 5٪ فقط من الحالات مرض مزمن. وتكون العدوى بالتهاب الكبد D محفوفة أكثر بالمخاطر أثناء التهاب الكبد B المزمن الحاصل. ويسير المرض هنا في 70-90٪ من الحالات بشدة ويؤدي في وقت أبكر إلى تشمع الكبد.



الأنماط الوراثية لفيروس التهاب الكبد E (هـ HEV) المسبب لالتهاب الكبد هذا، منتشرة في مناطق متعددة في العالم. وتظهر معظم الأمراض عن طريق الماء الملوث بالبراز في جنوب شرق ووسط آسيا، وفي شمال وغرب أفريقيا، وفي أمريكا الوسطى وفي الشرق الأوسط. وتزايدت في ألمانيا حالات الإصابة بالتهاب الكبد E بكثرة.

وإذا طور الأشخاص ممن لديهم عمل مناعي منخفض التهاب الكبد E المزمن، فيمكن أن يؤدي هذا، دون القيام بالعلاج، في وقت قصير نسبياً (بضع سنوات) إلى تشمع الكبد. ويتم في بادئ الأمر فحص الدم لوجود الأجسام المضادة لفيروس التهاب الكبد E. وعند الشك بالمرض المزمن يمكن للمرء أن يفحص وجود المادة المورثة للفيروس في الدم أو البراز. ولا يسمح رسمياً في ألمانيا بالعلاج الخاص لالتهاب الكبد E، لكن يتم متابعة البحث العلمي لذلك. بيد أنه يتم أحياناً استخدام الأدوية ضد الأعراض.

غالباً ما يتم الشفاء من العدوى الحادة بشكل ذاتي. لكن يمكنها أن تشكل خطراً على الحياة عند النساء الحوامل ومرضى الكبد. ويتطور غالباً التهاب الكبد E المزمن عند الأشخاص ممن لديهم ضعف في المناعة (على سبيل المثال الأشخاص الذين تلقوا زرع عضو، والذين يقومون بتنقية الدم أو حاملين لفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)).

الانتقال والوقاية

كما هو الحال في التهاب الكبد A يتم غالباً انتقال الفيروس عن طريق ماء الشرب أو المواد الغذائية الملوثة ببراز الإنسان، وربما يحدث في ألمانيا عن طريق تناول اللحم النيئ من الخنزير أو الخنزير البري. ولم يسمح رسمياً في ألمانيا لأي لقاح وقائي. ويمكنكم الاستعلام مسبقاً عن الخطورة والانتباه إلى نظافة ماء الشرب والمواد الغذائية أثناء السفر إلى المناطق التي يُعرف فيها انتشار التهاب الكبد E. ويكون من المستحسن أيضاً في ألمانيا فقط تناول اللحم المطهو بشكل جيد.

التشخيص والعلاج

إذا ولابد، تظهر المتاعب النموذجية لالتهاب الكبد عندئذ بشكل عام بعد 14 حتى الـ 60 يوماً. ويتم بالإضافة إلى ذلك مراقبة متاعب في الجهاز العصبي في بعض الحالات. ويمكن لالتهاب الكبد E أن يسير بشكل شديد جداً عند النساء الحوامل، وخاصة في الثلث الأخير من الحمل، وكذلك عند مرضى الكبد، وأن يؤدي في 20٪ من الحالات إلى الموت.



أجسام مضادة (Antikörper)

يتم تكوين الأجسام المضادة من النظام المناعي، من أجل تحييد مسببات الأمراض التي تسلت إلى الجسم. وهي موجهة بشكل فردي إلى المسبب. ولذلك يمكن للأجسام المضادة في الدم أن تخدم الإثبات بأن عدوى معينة قد حدثت. وتعمل في بعض الحالات على تحصين الجسم لفترة طويلة ضد مسبب تم التغلب عليه يوماً ما.

حمض نووي ريبوزي (RNA)

الحمض النووي الريبوزي (RNA) هو المادة التي تتكون من المورثات الجينية لفيروسات معينة (الحمض النووي الريبوزي للفيروسات). ويمكن لفحوصات الحمض النووي الريبوزي (RNA-Tests) أن تتعرف على الحمض النووي الريبوزي لفيروسات متعددة وتقيس كميتها.

فيروس / فيروسي (Virus/viral)

الفيروسات هي جسيمات معدية تحتاج إلى خلية مضيقة من كائن حي من أجل أن تتكاثر فيها. وهي تتألف من غلاف خارجي وفي داخله المورثات الجينية الموجودة. ويتم التسبب في كثير من الأمراض المعدية من قبل الفيروسات، والتهاب الكبد الفيروسي أيضاً. ومن بين ما يكافح النظام المناعي الإنساني الفيروسات بالأجسام المضادة.

انترفيرون (Interferon)

الانترفيرونات هي مواد يتم تكوينها من الجسم ذاته، وتستخدم لصد الفيروسات وأشكال السرطان أيضاً. وتتم الاستفادة من الانترفيرون الذي يُنتج صناعياً كدواء أثناء أمراض الفيروسات. وغالباً ما يرافق العلاج بالانترفيرون تأثيرات جانبية غير مرغوب فيها.

مُخَمِّرات (إنزيمات، Enzyme)

مواد مساعدة يتم تكوينها من الجسم من أجل تسريع التفاعلات الكيميائية. ولها عمل توجيهي مهم في الاستقلاب.

تشمع الكبد (Leberzirrhose)

يتطور من تليف الكبد. ويخسر الكبد شيئاً فشيئاً عمله عن طريق تكون تغيرات عقدية، ومن التندب وعن طريق التحطيم المتزايد لهيكل الكبد.

مزمن (Chronisch)

أثناء الأمراض: دائم، ومسير على مدى زمن طويل.

تليف الكبد (Leberfibrose)

يتم في تليف الكبد التعويض عن الخلايا الميتة بالنسيج الضام. ولا يتأثر هيكل فصوص الكبد والأوعية الدموية التي تسير فيها في بادئ الأمر من ذلك.

معقم / غير معقم (Steril/unsteril)

معقم يعني الغلو من مسببات الأمراض. ويجب أن يتم تعقيم الأجهزة والمواد التي يتم استخدامها في إجراء الأعمال الطبية في جسم الإنسان عن طريق الحرارة أو الطرق الكيميائية. وغير معقم يعني أنه لا يمكن ضمان غياب مسببات الأمراض.

حائة (هورمون، Hormon)

مادة وسيطة تنتجها خلايا معينة في الجسم وتقوم بتحريك تأثيرات أو أعمال معينة في العضو المقصود.

حاد (Akut)

أثناء الأمراض: ظهور فجائي، وسير سريع وقوي

نمط وراثي (Genotyp)

النمط الوراثي للكائن الحي هو صنف من مورثاته الجينية. ويمكن للأفراد (الأشخاص) من نفس الأنواع أن يملكوا أنماطاً وراثية مع فروقات ضئيلة يمكن أن تؤثر على صفاتها. ويمكن للفيروسات أيضاً أن توجد في أصناف نمط وراثي، التي يمكن أن تؤثر مثلاً على سير المرض والعلاج.

التهاب الكبد الفيروسي

المعرفة الحالية والوقاية والعلاج

المساعدة والنصيحة أثناء أمراض الكبد

تم تأسيس وقف الكبد الألماني في عام 2006. وهدفه هو التحسين المستمر للكشف المبكر عن أمراض الكبد وعلاجها. ويقدم وقف الكبد الألماني للمرضى وأقربائهم معلومات واستشارة حول الشؤون الطبية.

Deutsche Leberstiftung
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover
www.deutsche-leberstiftung.de

توصل „مساعدة الكبد الألمانية، Deutsche Leberhilfe“، الأطباء المختصين مع المهتمين بالمساعدة الذاتية. وهي تعلم عن التوعية وتقديمها. وقد اندمج في بعض المدن الأشخاص المصابين بالتهاب الكبد (أو بأمراض الكبد الأخرى) مع بعض مجموعات. وتنضم هي كمجموعات المساعدة الذاتية إلى مساعدة الكبد الألمانية.

Deutsche Leberhilfe e.V.
Krieler Straße 100, 50935 Köln
www.leberhilfe.org

معلومات حديثة عن فيروس نقص المناعة البشري

(HIV)

طور المركز الطبي للشعوب والمجموعات العرقية المسجل قانونياً كجمعية (EMZ e.V.) ضمن إطار مشروع "متلازمة نقص المناعة المكتسبة والتنقل (AIDS & Mobility)" سوية مع شركاء من ستة دول أوروبية كتيباً عن متلازمة نقص المناعة المكتسبة (AIDS) وفيروس نقص المناعة البشري (HIV).

<http://www.aidsmobility.org/326.0.html>

روابط دولية

وضع الحلف العالمي لالتهاب الكبد هدفاً له بإلتهاء انتشار الفيروس والمرض بالتهاب الكبد B و C. وهو ينظم سنوياً يوم التهاب الكبد العالمي. وينشر الحلف كمنظمة دولية مواقفه باللغة الإنجليزية، والفرنسية، والعربية، والصينية، والروسية، والإسبانية، والبرتغالية.

www.worldhepatitisalliance.org