



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان
مرکز آموزشی، درمانی و پژوهشی
۱۷ شهریور رشت

خودمراقبتی هیپاتیت A



تهیه و تنظیم: کمیته آموزش سلامت داخلی ۲

تحت نظارت: سوپروایزر آموزش سلامت

تیر ۱۳۹۹

با آرزوی سلامتی برای شما و فرزند دل‌بندتان برای کسب اطلاعات و پیگیری، اطلاعات تماس مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی هفده شهریور رشت به شرح ذیل می باشد:

آدرس: رشت، خیابان نامجو، خیابان شهید سیادت، ضلع جنوبی پارک شهر، مرکز آموزشی درمانی و پژوهشی ۱۷ شهریور رشت

شماره تماس بیمارستان (بخش داخلی ۲)

۰۱۳-۳۳۳۶۹۳۹۱-۳۳۳۶۹۰۴۴-(۳۳۰)

آدرس صفحه "آموزش به بیمار" بیمارستان:

<http://www.gums.ac.ir/17shahrivar>



منبع:

کانابو ام. ۱۳۹۱. آموزش به بیمار. ترجمه خدیجه نصیریانی.

تهران: جامعه نگر. ص ۳۸۹-۳۹۵.

چگونه پس از ترخیص از فرزندم مراقبت کنم؟

۱. رعایت دقیق بهداشت فردی
۲. تزریق ایمنوگلوبین برای اعضای خانواده (در صورت تجویز پزشک)
۳. شستشو و ضدعفونی کردن میوه ها و سبزیجات
۴. اجتناب از مصرف آب و غذاهای آلوده (جوشاندن آب به مدت یک دقیقه ویروس هیپاتیت را غیر فعال می کند)
۵. عدم استفاده از وسایل شخصی دیگران
۶. دقت در مصرف مواد آسیب رسان به کبد مانند داروها، مواد شیمیایی یا سمی

در صورت بروز علائم زیر به پزشک یا بیمارستان

مراجعه کنید:

- زردی
- کم رنگ شدن مدفوع
- تب

توصیه های خود مراقبتی

.....

.....

.....

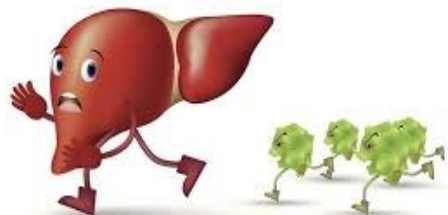
تغذیه صحیح کودک من در زمان ابتلا به این بیماری چگونه است؟

- مصرف غذا در وعده های مکرر و با حجم کم.
- مصرف رژیم کم پروتئین در مرحله حاد، (محدودیت مصرف چربی وجود ندارد لذا می توان از رژیم متعادل چربی استفاده کرد).
- اجتناب از مصرف موادی مثل داروها، درمان ها ،سموم و گیاهان دارویی که ممکن است روی کارکرد کبد تاثیر گذارد .

میزان فعالیت کودکم چگونه است؟

استراحت در بستر در طی مرحله حاد بیماری. بیمار می تواند پس از احساس سلامتی و بررسی نتایج آزمایشگاهی به تدریج فعالیت خود را آغاز کند اما پس از فعالیت استراحت کند و در فعالیت های طاقت فرسا شرکت نکند.

MOSBATE
SABZ.com



چگونه هپاتیت تشخیص داده میشود؟

- ۱- آزمایش خون
- ۲- علائم بالینی

هپاتیت چگونه درمان میشود؟

- ۱- استراحت
- ۲- دریافت مایعات کافی
- ۳- تغذیه کافی
- ۴- داروهای ضد خارش و ویتامین های محلول در چربی در صورت خارش
- ۵- جایگزین کردن خون و اقدامات حمایتی در صورت اختلال خونی

پیشگیری از بیماری و روش برخورد با آن

چیست؟

۱. رعایت اقدامات کلی بهداشت از قبیل شست و شوی دست پس از تماس و دفع صحیح ترشحات و استریل کردن ترشحات و لباسها و وسایل آلوده
۲. واکسیناسیون هپاتیت A در کودکان بزرگتر از ۱۲ ماه و مسافران به مناطق آندمیک ، افراد مبتلا به نقص ایمنی یا بیماری مزمن کبدی.

والدین گرامی با آرزوی شفای عاجل برای فرزند دلبدتان، مطالب زیر جهت افزایش آگاهی شما در مورد بیماری فرزندتان می باشد لطفا به نکات زیر توجه فرمایید:

بیماری هپاتیت چیست؟

عفونت و التهاب کبد است که بر اثر آسیب کبدی ناشی از ویروس ها ، سموم ، داروها یا عوامل ایمنی به وجود می آیند.

شایعترین علائم هپاتیت چیست؟

- احساس کسالت
- خستگی
- بی اشتها
- تهوع و استفراغ
- درد عضلات و سردرد
- تب خفیف
- تغییرات چشایی و بویایی
- زردی
- کم رنگ شدن مدفوع

