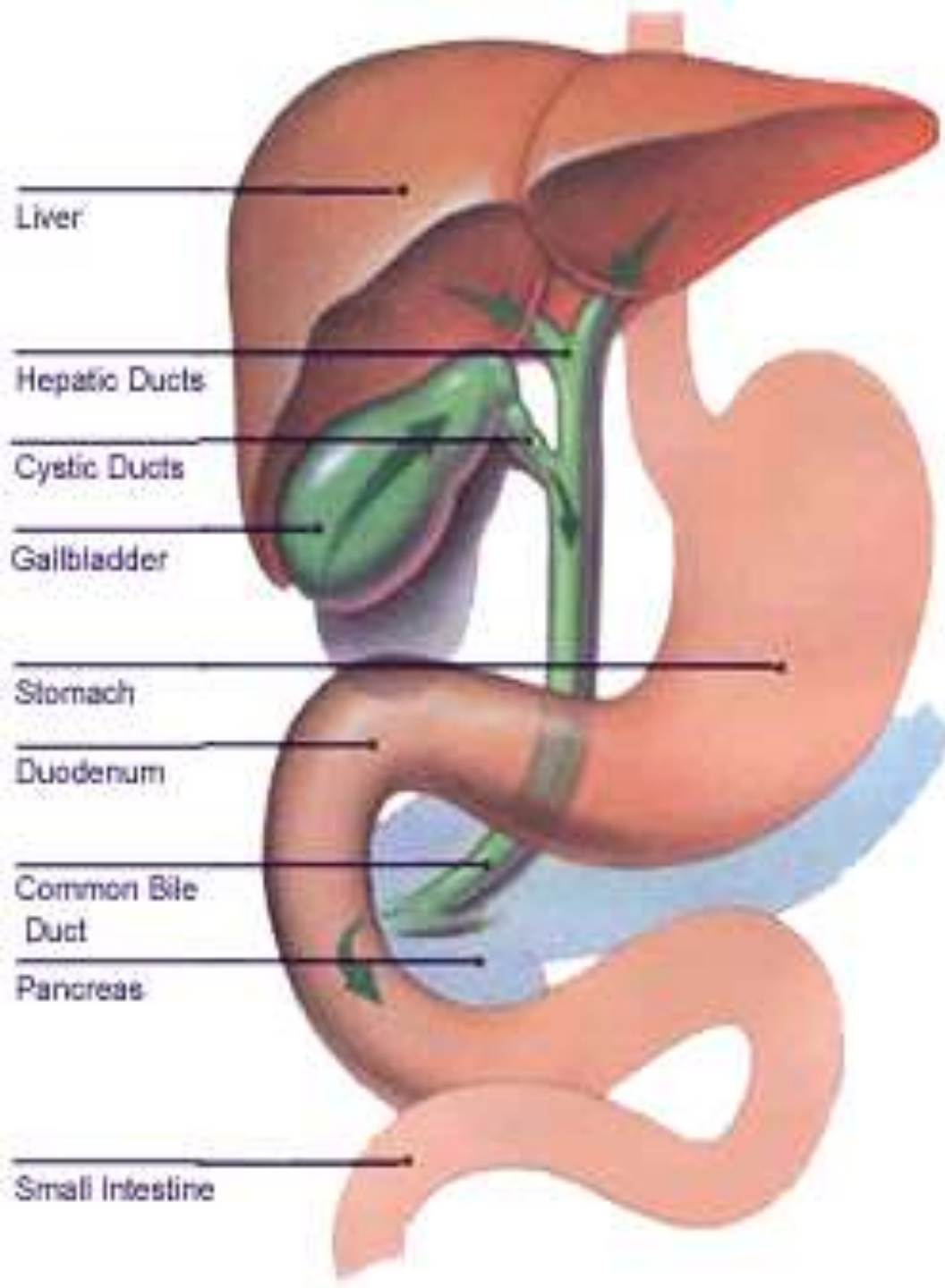


السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

بالتواضع





سلامة كبدك



د. الفت الشافعي

أستاذ مساعد العناية الحرجة
جامعة أسيوط

أيها المريض لست وحدك

- في العالم اليوم 200 مليون مصاب بالالتهاب الكبدي الناتج عن العدوى بالفيروس سي
- انها الحقيقة التي توصلت اليها منظمة الصحة العالمية في احدث دراسة لها بالعالم ونشرت في ابريل 2007 لتحديد حجم انتشار العدوى بهذا الفيروس





شبكة أبو نواف

www.AbuNawaf.com

ماذا يحدث بعد الإصابة بالفيروس؟

بعد الإصابة يقوم جهاز المناعة بتخليص الجسم من الفيروس عند 95% من البالغين وبذلك يتم شفائهم خلال شهور قليلة ولن تتم إصابتهم به مرة أخرى بسبب تكوين أجسام مضادة لهذا الفيروس والتي يمكن اكتشافها بواسطة تحليل الدم المسمى أنتي إتش بي أس **Anti-HBs**. هذا يعني أن المريض قد شفي من هذا المرض ولن يعود إليه مرة أخرى وليس حاملاً للفيروس، أي لن ينقل الفيروس للآخرين. تكون نتيجة هذا التحليل **Anti-HBs** غالباً إيجابية عندما يأخذ الشخص التطعيم الخاص بالتهاب الكبد الفيروسي (ب).

ماذا يحدث بعد الإصابة بالفيروس؟

أما بالنسبة لحوالي 5% من البالغين و25% إلى 50% من الأطفال أقل من 5 سنوات و90% من حديثي الولادة المصابين بالتهاب الكبد الفيروسي (ب) لا يستطيعون التخلص من هذا الفيروس ويصبحون بذلك مصابين و (أو) حاملين لهذا الفيروس، نقل الفيروس إلى أشخاص آخرين.

ما الفرق بين حامل الفيروس والمصاب بالمرض؟

الحامل للفيروس عادةً لا تحدث له أية علامات أو أعراض للمرض كما أن إنزيمات الكبد لديه تكون طبيعية ولكنه يظل مصاباً لسنوات عديدة أو ربما مدى الحياة ويكون قادراً على نقل الفيروس لغيره. معظم حاملي الفيروس لا يعانون من مشكلة حقيقية مع الالتهاب الكبدي الفيروسي (ب) ورغم أنهم يعيشون بصحة جيدة إلا أن قلة منهم يكونون عرضةً أكثر من غيرهم للإصابة بالالتهاب الكبدي المزمن والتليف وأورام الكبد. والأورام تنشأ عادةً عند الأشخاص الذين أصبح لديهم تليف كبدي

ما الفرق بين حامل الفيروس والمصاب بالمرض؟

الحامل للفيروس عادةً لا تحدث له أية علامات أو أعراض للمرض كما أن إنزيمات الكبد لديه تكون طبيعية ولكنه يظل مصاباً لسنوات عديدة أو ربما مدى الحياة ويكون قادراً على نقل الفيروس لغيره.

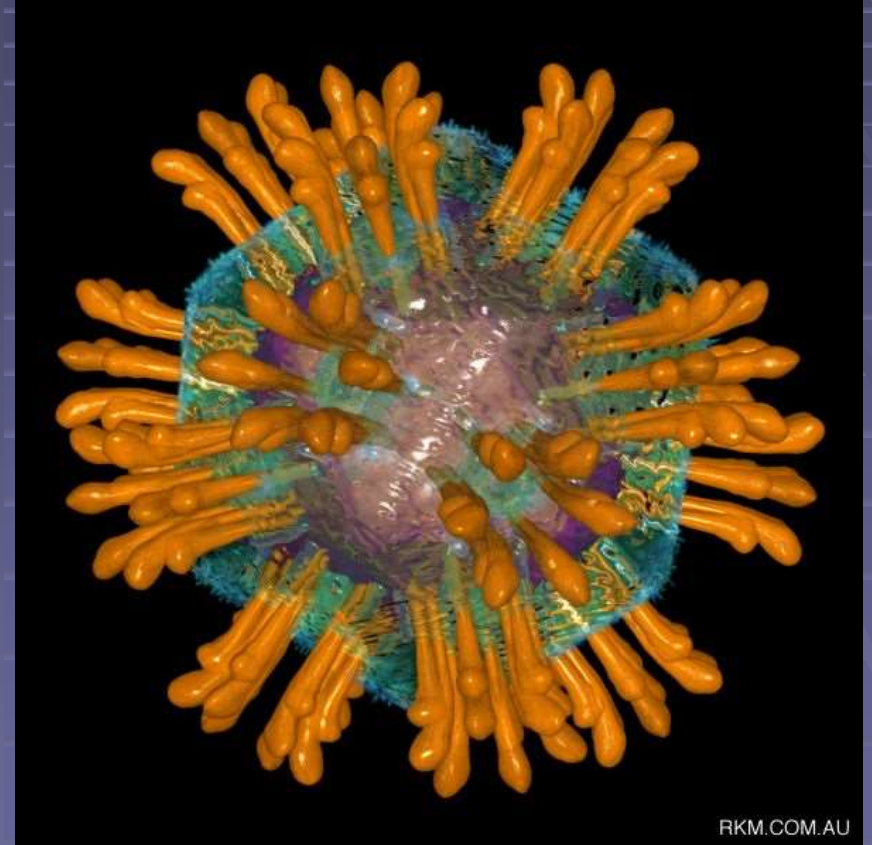
ما الفرق بين حامل الفيروس والمصاب بالمرض؟

معظم حاملي الفيروس لا يعانون من مشكلة حقيقية مع الالتهاب الكبدي الفيروسي (ب) ورغم أنهم يعيشون بصحة جيدة إلا أن قلة منهم يكونون عرضةً أكثر من غيرهم للإصابة بالالتهاب الكبدي المزمن والتليف وأورام الكبد. والأورام تنشأ عادة عند الأشخاص الذين أصبح لديهم تليف كبدي

من هو عدو الكبد الأول؟

■ فيروسي سي هو عدو الكبد
الأول

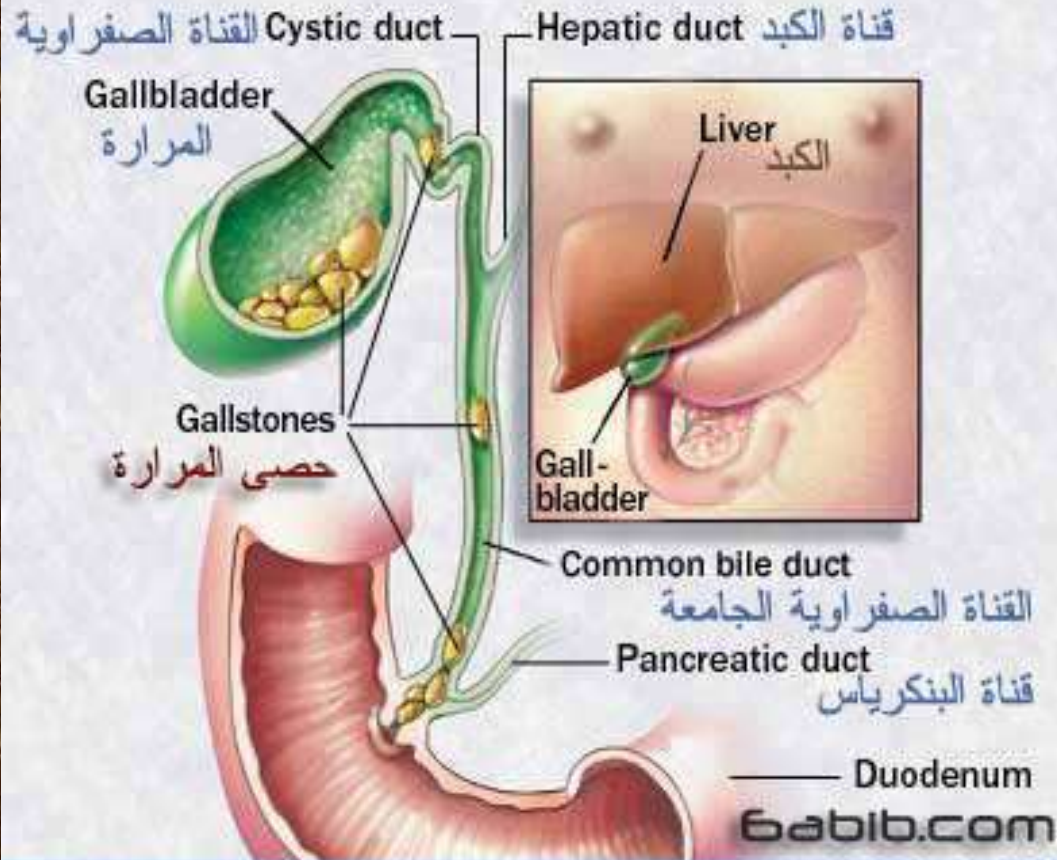
■ ليس هناك تطعيم ضد الإصابة
بفيروس سي ولكن.... الوقاية
هنا أفضل من أي علاج.





ماذا عن الكبد؟

- يعتبر الكبد محطة لتنقية الدم وتخليصة من السموم العالقة فيه.
- ويقدر العلماء عدد وظائف الكبد بأكثر من خمسمائة وظيفة.



ما هي أهم وظائف الكبد؟

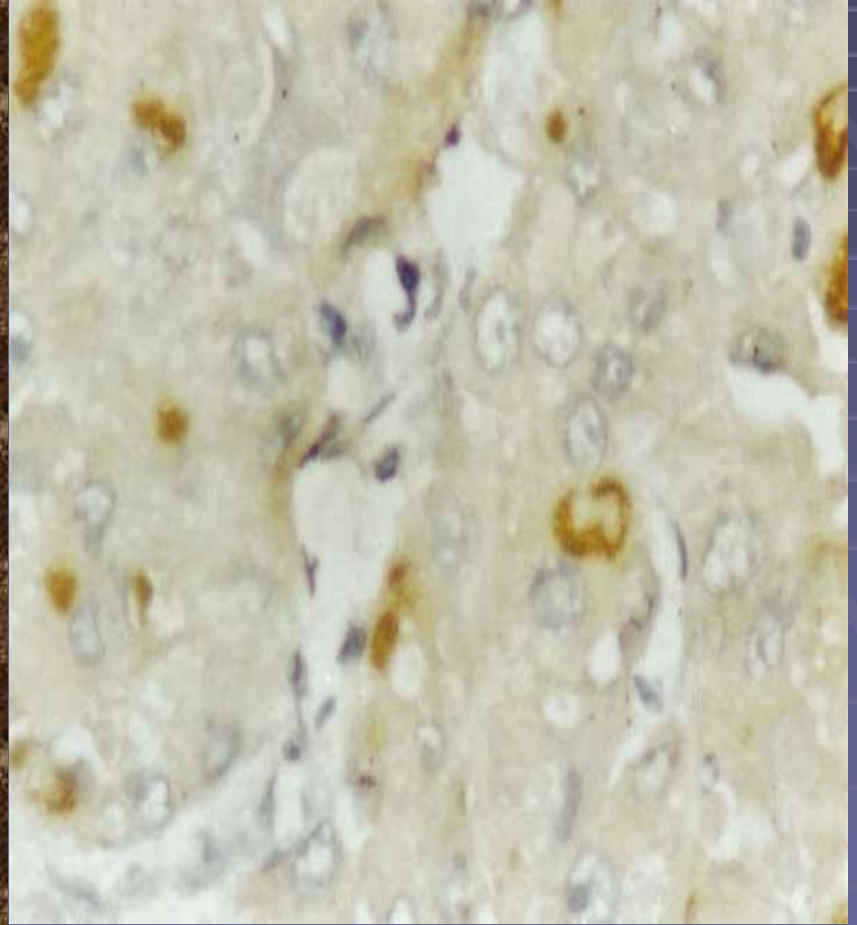
- -معالجة السميات الناتجة عن تناول الأدوية أو الكيماويات التي تدخل جسم الإنسان
- -تحويل طعام الإنسان الى تركيبات يستطيع الجسم الاستفادة منها
- -تنظيم سيولة الدم
- -تخزين المواد التي تعطي الطاقة للجسم
- -إنتاج الصفراء التي تساعد على هضم الطعام
- -تصنيع البولينا التي يتم إفرازها عن طريق الكلى



ماذا عن اكتشاف الإصابة بفيروس سي؟

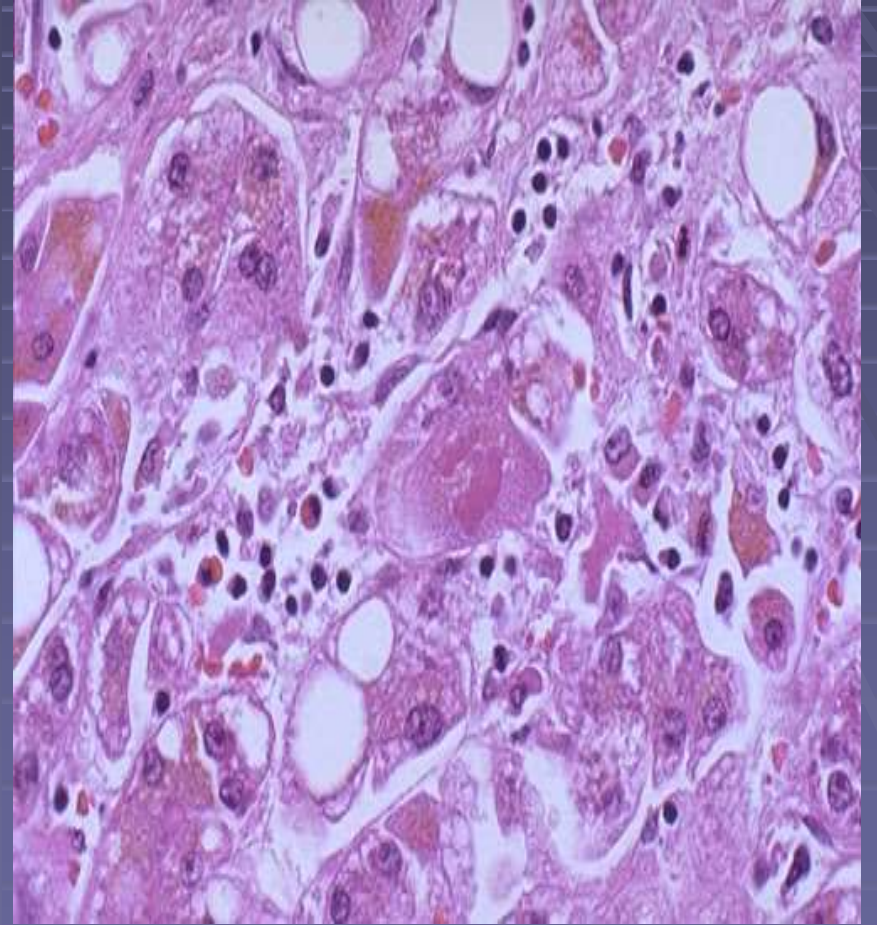
■ اكتشاف الإصابة :

- -اما ان يكون بالصدفة
- -او بعد أن يصاب الكبد بالتليف
- أو الفشل الكبدى وذلك بعد سنوات طويلة من الإصابة



هل أنت سليم؟

■ ليس من المعقول أن نطلب
من كل شخص أن يجرى
التحليل التي تثبت الإصابة
بفيروس سي.



ولكن مثل هذه التحاليل تصبح ضرورة في الحالات التالية؟

- 1- لمن يتعرض لو خذ الابر عند التعامل مع المرضى
- 2- من يخالط المرضى (الفريق الطبي والتمريض-العمال بالمستشفيات ايضا)
- 3- من أجريت له عملية نقل دم أو عملية جراحية
- 4- من كان أكثر من شريك عند مزاولة الجنس
- 5- من تعرض لعلاج الأسنان في عيادة ليست على المستوى الكامل من ناحية تعقيم الأدوات

متى يصبح الانسان مريض بفيروس سى؟

- اذا تمت العدوى بالطرق السابقة هناك أحد الاحتمالين:
- 1- اما أن ينجح جهاز المناعة غى التخلص من الفيروس فى 15% من الحالات خلال ستة أشهر
- 2- أ, تفشل مقاومة الجسم ويحدث الالتهاب الكبدى الفيروسى (سى) المزمن وذلك ... فى 85% من الحالات



©OGphoto.com



©OGphoto.com

ماذا بعد نقل العدوى وفشل جهاز المناعة من التخلص من فيروس سى؟

- 1- يظهر الفيروس بالدم بصورة متقطعة
- 2- فى غالبية الحالات يحدث ارتفاع فى نسبة انزيمات الكبد وان كانت هذه النسبة تكون طبيعية فى حوالى ثلث الحالات
- 3- فى اغلب الحالات تتكون الاجسام المضادة بالجسم لمقاومة الفيروس
- 4- الالتهاب الكبدى المزمن يتم بشكل بطيء
- 5- تسوء الحالة وتتقدم ببطء وتكون ذلك بدون أعراض أو علامات مرضية عند معظم المرضى
- 6- عند وصول الالتهاب الى النسيج الكبدى يحدث التآكل فى خلايا الكبد وينتج التليف الشمعى

ماذا بعد نقل العدوى وفشل جهاز المناعة من التخلص من فيروس سي؟

- 7- عند وصول الالتهاب الى النسيج الكبدى يحدث التآكل فى خلايا الكبد
- 8- عند استمرار وجود التليف يبدأ حدوث المضاعفات والتي تتلخص فى:
 - -فشل الكبد
 - -ارتفاع ضغط الوريد البابى
 - -قد يصل الامر الى وجود الصفراء- الاستسقاء-نزيف المريء-
 - الغيبوبة
- -يصاحب الالتهاب المزمن زيادة احتمال تعرض الكبد لتكوين الاورام

ماذا بعد نقل العدوى وفشل جهاز المناعة من التخلص من فيروس سي؟

■ في دراسة حديثة نشرت في
ديسمبر 2007 من جامعة
اشتوتجارد أن احتمال حدوث
الاورام لمريض الالتهاب الكبدي
المزمن يتراوح ما بين 1%
و55% وذلك بعد عشرين عاما
من حدوث العدوى .



هكذا تكون البداية

- اعياء - ضعف - فقدان شهية
- قد يشعر بها أى انسان ويتم تفسيرها على أساس أنها مجرد اجهاد.
- ولكن الواقع قد يكون غير ذلك تماما
- اكتشاف الاصابة يتم بالصدفة وذلك بعد سنوات طويلة من حدوث الاصابة





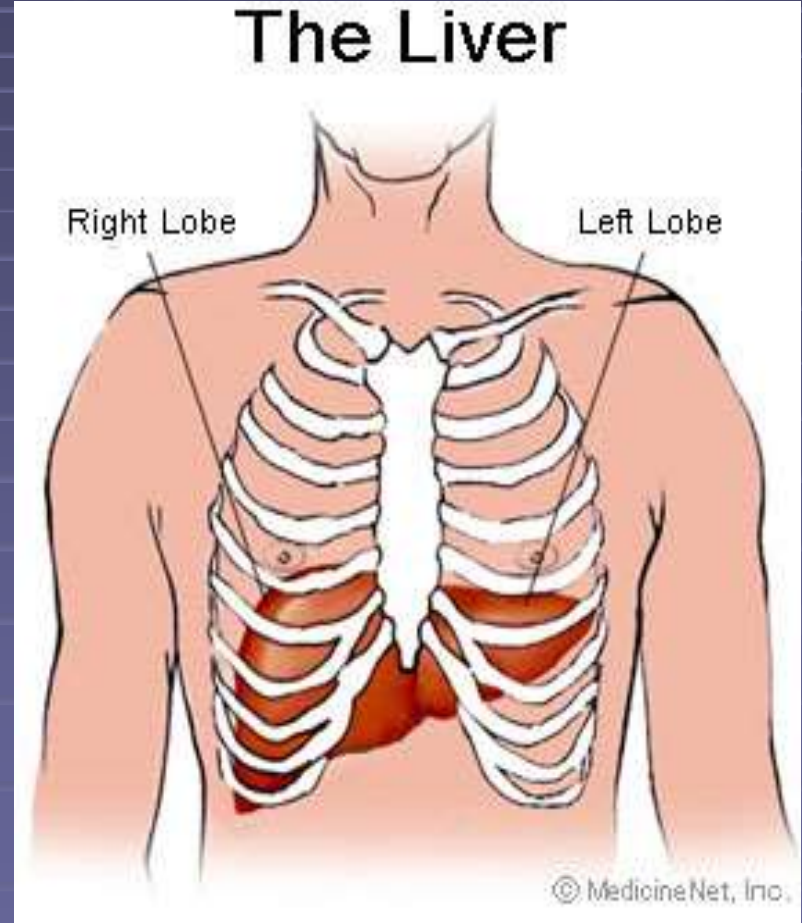
Alma3rodra
shbka.com

في بيتنا مريض- ما هو الموقف اذا ظهر المرض على أحد أفراد الأسرة

■ ليس هناك ضرورة لتجنب أفراد
الأسرة لمريضهم أو عدم اشراكة
معهم في مائدة طعام واحدة

■ ليس هناك أي مبرر لاستبعاد
الأطفال أو البالغين المصابين
بالفيروس من الاشتراك في
الحياة الاجتماعية أو التعليمية

■ هناك مجموعة من التحفظات
يجب أن توضع في الاعتبار



فى بيتنا مريض- ما هو الموقف اذا ظهر المرض على أحد أفراد الأسرة

- تجنب المشاركة فى استخدام أمواس الحلاقة أو فرشاة الأسنان بين أفراد الأسرة .
- اذا أصيب أى فرد من أفراد الأسرة بجرح ما... يصبح من الضرورى تغطية
- اذا استعملت الإبر فى الحقن فيجب استعمالها لمرة واحدة فقط -على أن يتم التخلص منها بطريقة صحيحة .
- بالنسبة لعلاقة الزوجية -يصبح من الأفضل استخدام العازل الطبى عند اتمام العلاقة مع الزوجة
- -منع المريض المصاب بالفيروس من التبرع بالدم او الاعضاء او الانسجة

فى بيتنا مريض-ما هو الموقف اذا ظهر المرض على أحد أفراد الأسرة

- الاصابة بالفيروس لا تحول حدوث الحمل
- لا يوجد دليل على انتقال العدوى عن طريق الرضاعة
- من الضرورى اختبار دم هولاء الاطفال بعد مرور عام من الولادة



©OGphoto.com



الالتهاب الكبدى الفيروسى

- من أكبر المشاكل الصحية فى الوقت الحاضر وقد اكتشف العلم الحديث حتى الآن العديد من الفيروسات التى تصيب الكبد بالمرض المسمى بالالتهاب الكبدى الفيروسى
- فمنها ما هو شديد الضراوة حيث يتسبب فى إصابة الكبد بالالتهاب الكبدى المزمن والتليف والسرطان ومنها ما هو يكمن لسنوات طويلة بدون أى أعراض مرضية.

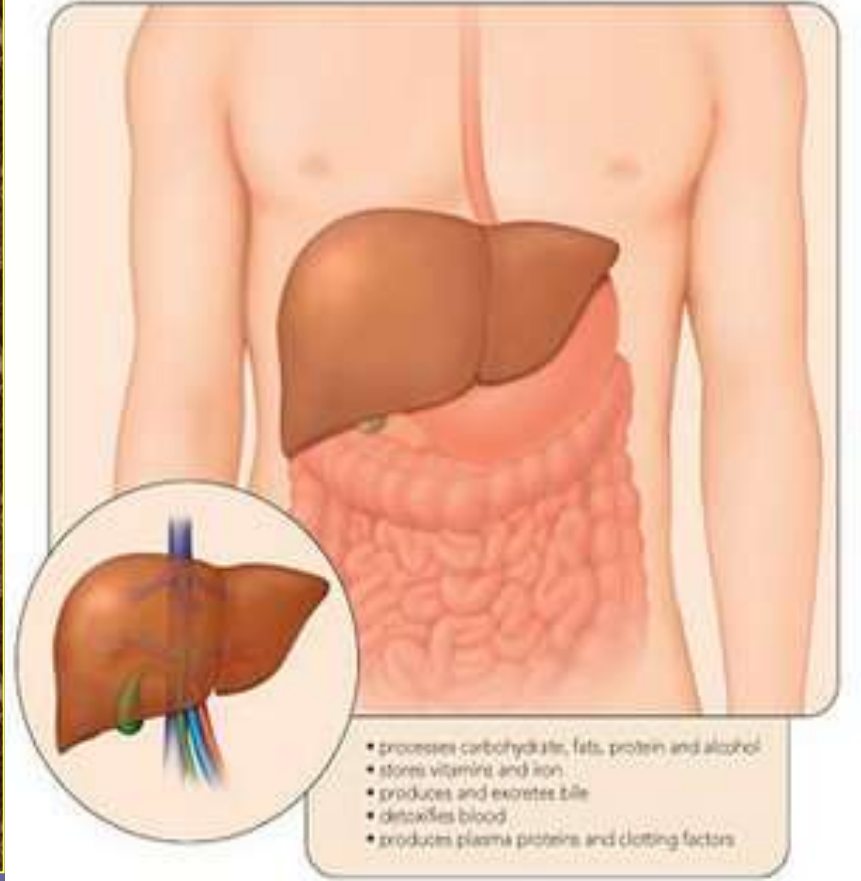
ماذا عن الحمل إذا كانت الأم مصابة أو حاملّة للفيروس (ب)

- ثر من 90% من الحوامل اللاتي لديهن هذا الفيروس ينقلن العدوى لأطفالهن عند الولادة، ولهذا يجب على النساء الحوامل إجراء اختبار التهاب الكبد (ب) خلال فترة الحمل لمعرفة ما إذا كن مصابات به أم لا، و لا بد من تطعيم جميع الأطفال بعد الولادة مباشرة لحمايتهم من الإصابة بهذا المرض ولإكسابهم مناعة تستمر معهم لمدة طويلة، إن برنامج التطعيم الإجباري ضد هذا الفيروس لجميع المواليد يقيهم شر الإصابة بهذا الفيروس وهو فعال في حدود 95%.

الالتهاب الكبدي الفيروسي

وخير السبل هو تجنب الإصابة
من البداية من خلال معرفتنا
بطبيعة المرض أسبابه وطرق
انتقاله ووسائل الوقاية منه

Functions of the Liver





lovely0smile.com

طرق العدوى وسبل الوقاية

- الالتهاب الكبدي الفيروسي (أ-هـ)
- ينتقل عن طريق الماء والطعام الملوث بآفات المريض ويمكن الوقاية منه بآداب والعادات الصحية السليمة وقواعد النظافة العامة والشخصية
- أحرص على:
- -تجنب الاختلاط المباشر بالمرضى واحذر مشاركة أطباق وأكواب وملاعق الآخرين

طرق العدوى وسبل الوقاية

- **أحرص على:**
- الابتعاد عن الاغذية المكشوفة وعدم التعامل مع الباعة الجائلين الغير مرخصين واشترى غذائك من مصدر سليم
- **غسيل اليدين بالماء والصابون قبل مغادرة دورة المياه وقبل اعداد وتناول الطعام**
- استخدم الصابون والماء الجارى فى غسيل أدوات الطعام وبعد كل استخدام وحافظ عليها فى مكان نظيف بعيدا عن الحشرات



طرق العدوى وسبل الوقاية

■ الالتهاب الكبدي الفيروسي (بي-سي-د)


■ مضاعفات هذا النوع خطيرة خاصة بين الأطفال ويتحول
5%-10% من المصابين بالنوع H.B.V و 70-80%
من المصابين بالنوع HVC الى الحاملين للفيروس الذي
ينتقل الى القابلين للعدوى عن طريق الدم أو مشتقاته من
خلال:

■ تبادل سوائل الجسم مثل اللعاب والافرازات أثناء المخالطة

طرق العدوى وسبل الوقاية

- **الالتهاب الكبدي الفيروسي (بي-سي-د)**
- استعمال ادوات ملوثة بالفيروس مثل المحاقن والأدوات الجراحية وأدوات علاج الاسنان والإبر الصينية وابر الوشم والمقصات وقصافات الأظافر
- نقل الدم أو مشتقاته من المصابين أو الحاملين للفيروس
- **المعاشرة الجنسية لشريك مصاب خاصة بالنسبة لحامل الالتهاب الكبدي الفيروسي HBV**



A photograph of a dense forest with green foliage and tree trunks. The text is overlaid on the image.

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي
الوبائي

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

■ قد يولد الطفل بالتهابات تأتي على رأس أسباب الوفيات لحديثي الولادة، وتسمى هذه الالتهابات الخلقية ولاسيما أن هذه الالتهابات قد تحدث في أي وقت أثناء الحمل وتختلف شدتها وخطورتها باختلاف فاعلية العامل المسبب لها ومدى حساسية الجنين وعمر الحمل ومصدر الالتهابات

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- أما عن طبيعة وأسباب الالتهابات الخلقية فالحقيقة أنه توجد عدة أمراض هي المسؤولة عن هذه الالتهابات الخلقية، ومن هذه الأمراض الحصبة الألمانية ونقص المناعة المكتسبة، **كذلك التهاب الكبد الوبائي للحامل وهو من أكثر الأمراض المسببة للالتهابات الخلقية ولكن كيف يتم وصول وحدوث العدوى به للجنين وكيف تأخذ الحبيطة والحذر الأم المصابة أو الحاملة لهذا المرض وما هي أفضل الطرق للولادة ثم كيف تأخذ الأم التدابير اللازمة لوقاية فلذة كبتها من هذا المرض الخطير وهو مرض الالتهاب الكبدي**

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- وجد هناك ثلاثة أنواع من الالتهاب الكبدي الوبائي الأكثر انتشاراً والأكثر شيوعاً وهي التهاب الكبد (أ) (A) وهذا النوع لا ينتقل إلى الجنين ولا تتم العدوى به عن طريق الدم بل تتم العدوى به عن طريق الفم.
- أما النوعان الثاني والثالث فهما (ب) (B) وسي (C) فتنتقل العدوى بهما إلى الجنين بشكل مباشر عن طريق الدم وأيضاً عن الطريق التناسلي.

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- وللإيضاح يجب أن تعرف الأم أنه من أعراض الالتهاب الكبدي الوبائي الحاد أو المزمن عند الأم تشبه في البداية أعراض الأنفلونزا في 25% فقط من الحالات ويترافق معه اصفرار باللون أي اصفرار بالعين وكذلك الجلد واصفرار أيضاً بالبول

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- يوجد 7 من كل 10 حالات من الالتهابات الحادة يتحولون إلى التهاب مزمن والثلاثة المتبقية من العشر حالات يكون لديهم التهاب مزمن فعال ويتطور لديهم المرض

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- ويتم تشخيص الالتهاب الكبدي الحاد B والمزمن بوجود الأجسام المضادة السطحي ويسمى HB3 وهي تشير إلى أن هذا الشخص يحمل العدوى ولهذا لابد لكل حامل أن تجري هذا الفحص حيث إن معظم إصابات الوليد تنتج عن انتقال الفيروس مباشرة من أم حاملة للمرض المزمن أو بعد إصابة حادة في الثلث الأخير للحمل لأن الإصابة الحادة في الثلثين الأول والثاني ينتقل إلى الجنين فقط في حوالي 10% فقط..

وقاية الجنين والمولود من الالتهاب الكبدي الوبائي

- ولم ثبت أن الولادة القيصرية قد تحمي الوليد من انتقال العدوى له أي أن الولادة تتم حسب وضع الجنين سيان ولادة طبيعية أو قيصرية إذا لزم الأمر.. **ولكن يجب ألا يرضع الطفل المولود من حليب الأم الحاملة للفيروس لأن كل مفرزات أو إفرازات الأم تكون حاملة للفيروس ولوقاية الوليد من الإصابة يجب إعطاؤه لقاح الكبد الوبائي B خلال 12 ساعة من الولادة ثم تعطي جرعتان داعمتان بعد شهر ثم بعد 6 شهور**



جامعة أسيوط - كلية الطب
قسم الجهاز الهضمي والكبد
وطب المناطق الحارة
مارس 2008



مبحان الله ...

طرق الوقاية لتجنب التعرض للاصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة (بي-سى)

- تطعيم الطفل بطعم الالتهاب الكبدى الفيروسي (ب) عند بلوغه سن شهرين ثم اربعة أشهر ثم ستة اشهر
- عدم تلويث الجروح حتى ولو كانت خدشا بسيطا وسارع بتضميدها
- احتفظ بأدواتك الشخصية لنفسك وأتغنى بها جيدا ولا تستخدم ادوات الاخرين خاصة فرش الاسنان وأدوات الحلاقة والمقصات وقصافات الأظافر

طرق الوقاية لتجنب التعرض للإصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة (بي-سى)

-التطعيم ضد الفيروس الكبدى بي (لا يوجد طعم للفيروس سى حتى الان).

-فى حالة نقل الدم لابد من التأكد من أن هذا الدم قد تم فحصه وأنة خالى تماما من الإصابة بالفيروسات الكبدية.

-فى حالة التبرع بالدم-اذا كنت قد تعرضت للإصابة بالالتهاب الكبدى الفيروسي بي أو سى فأنة ممنوع قطعيا التبرع بالدم.

طرق الوقاية لتجنب التعرض للإصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة (بي-سي)

- عدم التعرض اطلاقا أو ملامسة أى دم أو حقن مستعملة .
- ضرورة الحرص على استعمال السرنجة المغلقة المعقمة ولمرة واحدة فقط والالتزام بالتخلص منها بطريقة آمنة وإعدامها فوراً بعد الاستعمال.
- احرص على عدم تلويث الجروح وتطهيرها حتى لو كانت خدشا بسيطا وسارع بتغطيتها بالبلاستر.
- التأكد من استخدام مشروط جديد ومعقم فى قطع الحبل السرى لحماية الطفل من الإصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة.

طرق الوقاية لتجنب التعرض للإصابة بالتهابات الكبدية الفيروسية (بى-سى)

- عدم استعمال الآلات المستخدمة فى عملية الطهارة (أدوات الحلاقة
والأدوات الحادة) أو خرم الأذن من شخص الى آخر مع التأكد من
أن هذه الآلات معقمة.

- التأكد من أن طبيب الأسنان يستخدم فى علاج وخلع وحشو الأسنان
وأدوات معقمة تعقيما جيدا وأنة لا يستخدم هذه الأدوات من شخص
الى آخر.

- الحرص على عدم استعمال الأدوات الخاصة بأى شخص آخر مثل
فرشة الأسنان وماكينه وموس الحلاقة أو أدوات التجميل أو أى
أدوات قد تحتوى على ذرات قليلة جدا من الدم.

طرق الوقاية لتجنب التعرض للاصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة (بي-سى)

- استخدام الواقي الذكري فى حالة
كون شريكك مصاب بالالتهاب
الكبدى الفيروسي بي
والحرص على تطعيم الزوجة
المخالطة.

- عدم استخدام أدوات الوشم
وخاصة المستخدمة سابقا.



طرق الوقاية لتجنب التعرض للاصابة بالتهابات الكبدية الفيروسيّة (بي-سى)

-ملحوظة: إذا كنت مصاب

بالفيروس بي أو سى يجب أن
تكون لك أدوات خاصة مثل
أدوات الحلاقة والأدوات
الحادة حرصاً على سلامة
الأخرين.





الوقاية خير من العلاج

- استخدم الحقن البلاستيك مرة واحدة وتأكد من اعدامها بعد الاستعمال
- اذا كنت حاملا لفيروسات الالتهاب الكبدى الفيروسى احرص على ابلاغ الطبيب عند زيارتك للمستشفى او عيادة الأسنان أو عند التبرع بالدم
- احرص على استخدام المطهرات ووسائل التعقيم المناسبة عند تلقيك أى خدمة صحية فى أى مكان وخاصة عند استخدام ادوات جراحية او مناظير أو ادوات علاج اخرى

الوقاية خير من العلاج

تحرص وزارة الصحة على تحليل
الدم قبل نقله للمريض حتى
تضمن خلوة من الفيروسات
المرضية

AlBetaqa.com

سبحان
الله

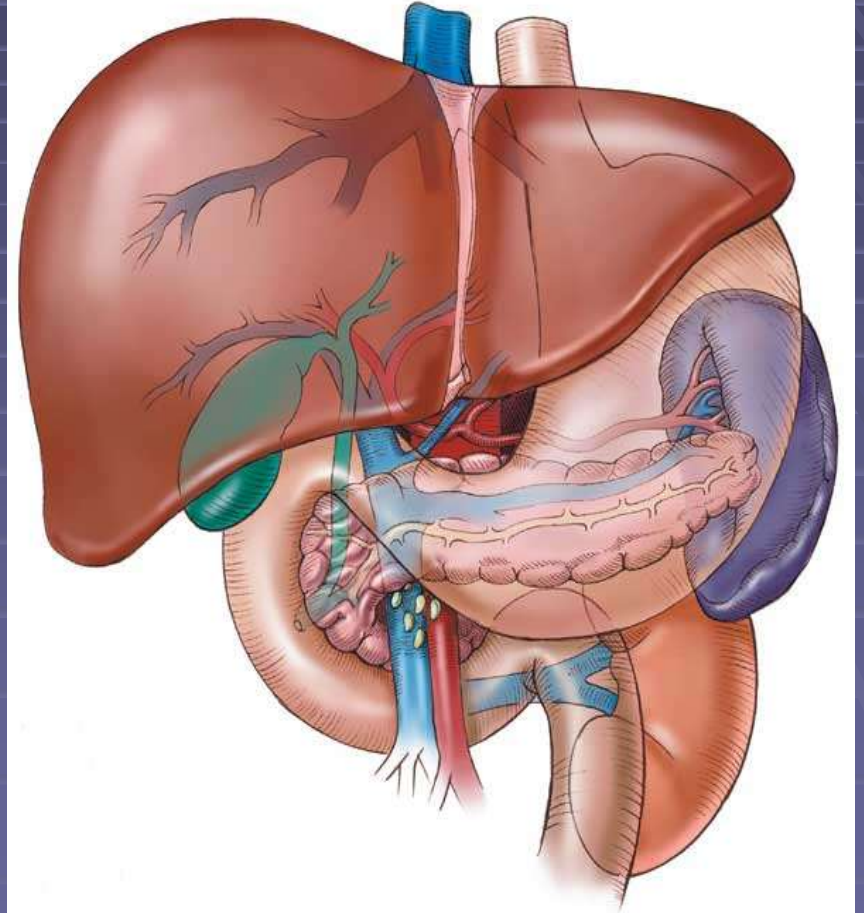
الوقاية خير من العلاج (التطعيم ضد الالتهاب الكبدى الفيروسى ب)

لا يوجد لطعم الالتهاب الكبدى
الفيروسى ب HBV أى اثار
جانبيه ولا يتعارض اعطاءه
مع التطعيمات الاخرى ولا
يوجد موانع للتطعيم وكفائتة
عالية فى اكساب المناعة
ومواعيد تطعيم الطفل عند بلوغه
سن الشهرين ثم اربع شهور
ثم ستة اشهر اى يعطى فى
نفس الوقت مع التطعيم الثلاثى
او الرباعى



الوقاية خير من العلاج (التطعيم ضد الالتهاب الكبدى الفيروسى ب)

وهذا التطعيم ينشئء جيلا لدية
المناعة ضد المرض ويتم
التطعيم بالحقن فى العضل ويتم
اتاحتة بوحدات وزارة الصحة
بالمجان .



Different
Life



طرق الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس (أ،هـ)

يظهر الفيروس فى براز المصاب أسبوعين قبل اصفرار العين وبذلك يمكن حدوث العدوى الفيروس قبل تشخيص المرض.

يمكن الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس أ-هـ من خلال الأتى:

1- تجنب الاختلاط بالمرضى المصابين بالتهابات الكبدية الفيروسية والتأكد من عدم استخدام الأدوات الخاصة بهم.

2- العناية بنظافة المأكل والمشرب وذلك بالحرص على عدم تناول الأطعمة المكشوفة وخاصة من الباعة المتجولين .

طرق الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس (أ،هـ)

يظهر الفيروس فى براز المصاب أسبوعين قبل اصفرار العين وبذلك يمكن حدوث العدوى الفيروس قبل تشخيص المرض.

يمكن الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس أ-هـ من خلال الأتى:

3-الحرص على أن يستخدم كل شخص أدواته الشخصية : كوب-فوطه-فرشة الأسنان .. الخ وعدم استخدام الأدوات الخاصة بأى شخص آخر وخاصة المرضى.

4-الحرص على غسل الأيدي بالماء والصابون قبل اعداد الطعام للكبار أو للصغار.

طرق الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس (أ،هـ)

يظهر الفيروس فى براز المصاب أسبوعين قبل اصفرار العين وبذلك يمكن حدوث العدوى الفيروس قبل تشخيص المرض.

يمكن الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس أ-هـ من خلال الأتى:

■ 5-الحرص على غسل الخضراوات والفاكهى جيدا بمياة جارية قبل أكلها.

■ 6- تعويد الأطفال على غسل الأيدى بالماء والصابون قبل الأكل وأيضا بعد استخدام دورة المياة.

■ 7- يجب الحرص على غسل الأيدى بالماء والصابون بعد استخدام دورة المياة لعدم انتقال الميكروبات.

طرق الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس (أه)

يظهر الفيروس في براز المصاب أسبوعين قبل اصفرار العين وبذلك يمكن حدوث العدوى الفيروس قبل تشخيص المرض.

يمكن الوقاية من التعرض للاصابة بالفيروس أه من خلال الأتي:

8- العناية بنظافة دورة المياه وتغطية فتحة المراض لأنها عامل اساسي في نقل العدوى كما يجب أن يكون مكان اعداد الطعام بعيدا عن مكان الحيوانات والطيور.

9- للعاملين بالحضانات مراعاة غسل الأيدي بعد كل غيار للطفل وغسيل الأيدي قبل الأكل.

10- التطعيم.

Allah (the Exalted and Almighty) has said

**And the heaven: He has raised it
high, and He has set up the
Balance.**

Ar-Rahmân, 7

التطعيم المتاح فى عيادة الفيروسات الكبدية لفيروس الكبدى بى

- يتوافر تطعيم فعال ضد الالتهاب الكبدى الفيروسى بى:
- يعطى التطعيم على ثلاث جرعات
- جرعة اولى
- جرعة ثانية بعد شهر
- جرعة ثالثة بعد خمسة شهور من الجرعة الثانية
- وتعادل الجرعة واحد ملئ (10 ميكروجرام) ويعطى فى العضل فى الذراع
- يعطى التطعيم اجسام مناعية للوقاية فى 94% من الحالات

التطعيم المتاح فى عيادة الفيروسات الكبدية لفيروس الكبدى بى

- يتوافر تطعيم فعال ضد الالتهاب الكبدى الفيروسى بى:
- مدة الوقاية غير محددة وينصح باءعطاء جرعة منشطة بعد خمس الى سبع سنوات اذا كان الشخص معرض للاصابة بالالتهاب الكبدى الفيروسى بى .
- لا يوجد أضرار جانبية من استخدام التطعيم ولا يوجد منة التهاب كبدى لأنه يمثل فيروس غير كامل محمل على خمائل.



لا يوجد التطعيم للوقاية المطلوبة في الحالات التالية:

- - إذا كان الشخص يعاني من امراض اخرى
- - إذا كان عمر المريض فوق الخمسين عاما
- - إذا كان المريض مصاب بالإيدز
- - إذا أعطى المريض التطعيم في الفخذ
- - إذا كان التطعيم مجمد

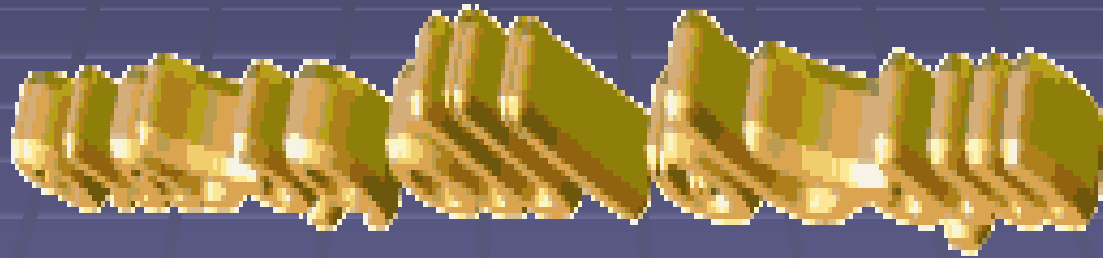
يعطى التطعيم فى الحالات التالية:

- -العاملون بالمستشفيات والمعامل
- -المرضى والعاملون بأقسام الأورام وأمراض الدم ووحدات الغسيل الكلوى وأقسام الجهاز الهضمى والكبد
- -التعرض الى دم ملوث بفيروس بى
- -المخالطون والاتصال الجنسى بشخص مصاب أو حامل للفيروس

يعطى التطعيم فى الحالات التالية:

- -الطفل المولود لأم حامله للفيروس و غى هذه الحالة يعطى التطعيم فى خلال اثنى عشر ساعة من الولادة.
- الاطفال يعطى التطعيم لهم اجباريا
- -من يتناوبون على استخدام نفس الحقن كالمدمنين
- -الرجال الذين لهم اتصال جنسى مع رجال أخلرين
- - أطباء الأسنان وأخصائى الجراحة وطلبة كلية الطب

مبجحان الله ...



مبجحان الله ...

التطعيم المتاح فى عيادة الفيروسات الكبدية للفيروس الكبدى أ

- الغالبية العظمى من الأصحاء لديهم مناعة لهذا الفيروس لذلك الحاجة لهذا الطعم اقل من الحاجة لطعم الفيروس بى
- يتوافر تطعيم ضد الالتهاب الكبدى الفيروسى أ:
- جرعة أولى تعطى وقاية ضد الاصابة فى خمسة عشر يوما وتستمر الوقاية لمدة عام .
- جرعة ثانية ما بين 6-12 شهر تعطى وقاية دائمة .

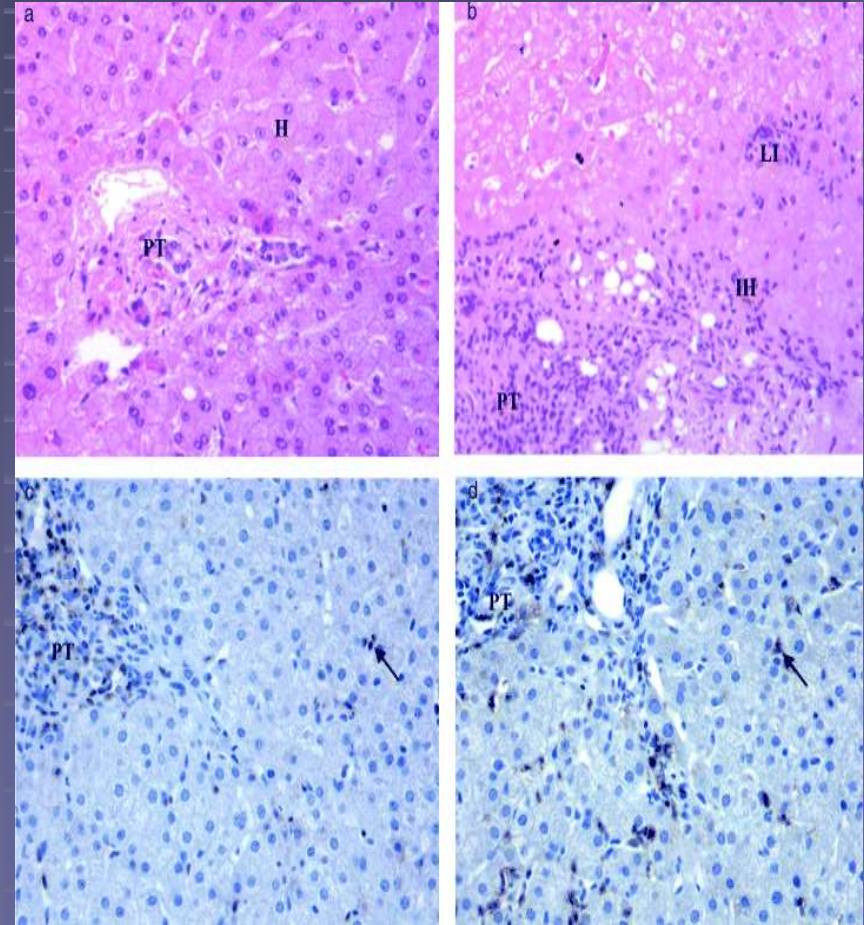
يعطى التطعيم فى الحالات التالية :

- -المخالطون لحالة التهاب كبدى فيروسى أ
- -الحكيماى العاملاى فى العناىة المركرة
- - الباعة والعاملون بالصرف الصحى
- - الأشخاص الذين يتعاملون مع الفىروس أ فى مجال الأبحاث
- -المقيمين بدور رعاىة المعاقين ذهنيا



عيادة الفيروسات الكبدية بمستشفى أسيوط الجامعي

- العيادة تستقبل المرضى خلال ايام السبت-الاحد-الاربعاء من كل اسبوع
- تقوم العيادة بتوفير التطعيم ضد الفيروس أ وبى من خلال وحدة التطعيمات الملحقة بالعيادة.





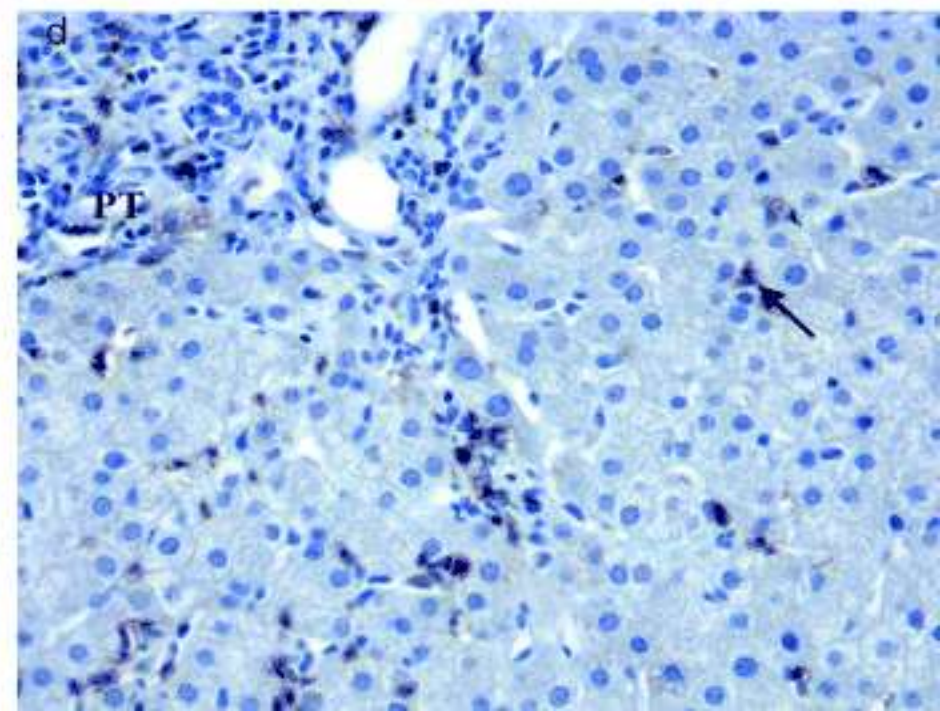
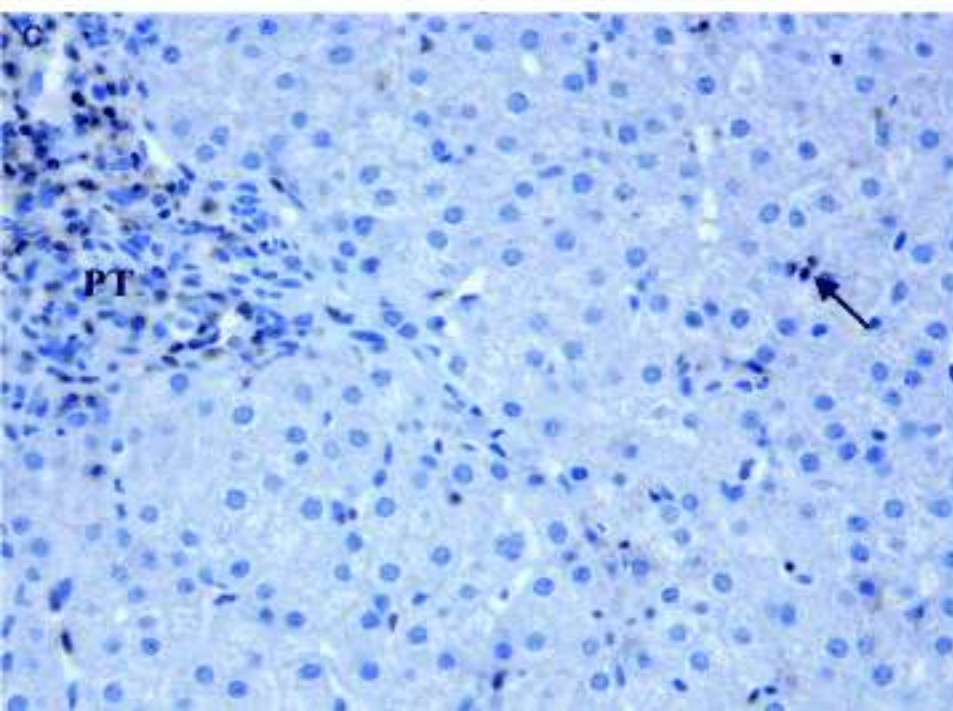
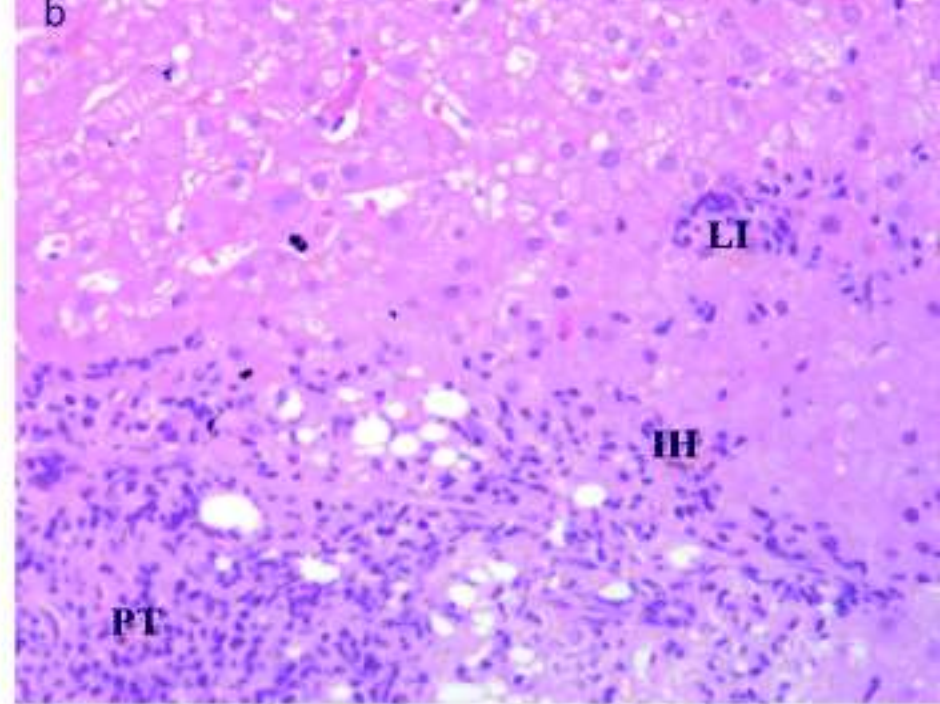
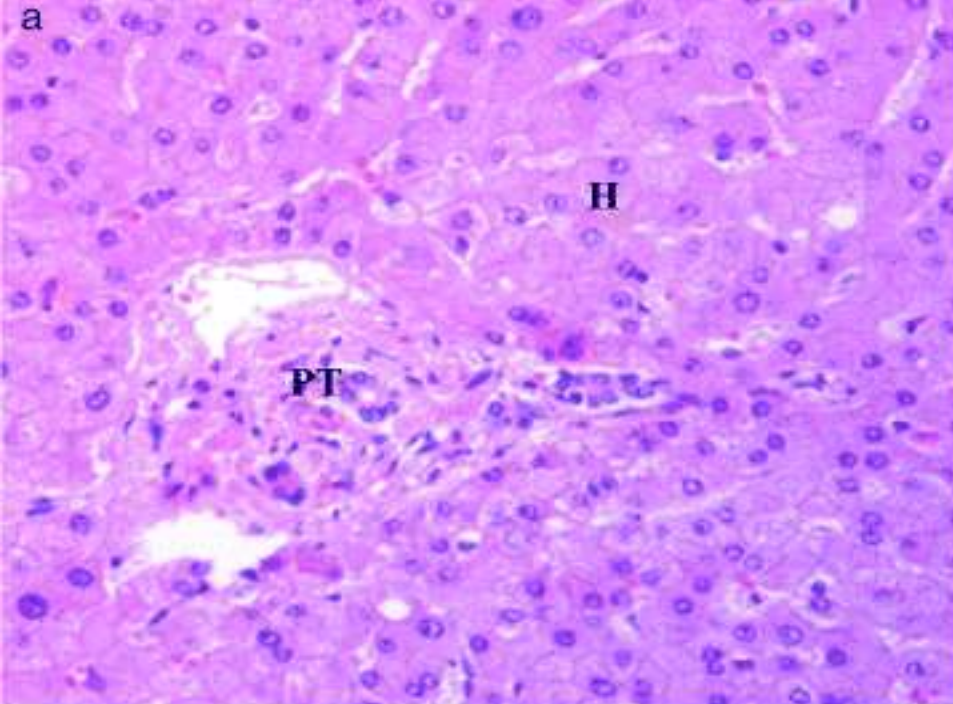
هل هناك علاج للالتهاب الكبدى الوبائى فيروس سى؟

- لقد تم تحضير مستحضر الانترفيرون الممتد المفعول بتركيزات مختلفة (50-80-100-120-150 mcg) تحت اسم بيج- انترون والذي تم اعتماده والموافقة عليه من هيئة الأغذية والأدوية (FDA) بالولايات المتحدة الأمريكية والهيئة الأوروبية لتقييم المستحضرات الطبية بالإتحاد الأوروبى EMEA وهو متداول الان فى أوروبا وأمريكا وجميع بلدان العالم.
- وحقن بيج -انترون تعتبر أحدث أنواع الانترفيرون الممتد المفعول لذلك يتم استعمالها بمعدل حقنة واحدة كل أسبوع

هل هناك علاج للالتهاب الكبدى الوبائى فيروس سى؟

■ هناك حقيقة هامة وهى:

■ ان العلاج الحديث وهو حقن بيج -انترون بالإضافة الى أقراص ريبا فيريين لا تصلح لكل مرضى التهاب الكبدى فيروس سى ولكن هناك شروط خاصة يجب أن تتوفر فى كل مريض قبل بدء العلاج وهذه الشروط شروط عالمية تم الاتفاق عليها من قبل المنظمات الصحية العالمية.



هل هناك علاج للالتهاب الكبدى الوبائى فيروس سى؟

■ هناك حقيقة هامة وهى:

■ وبالطبع فأن استخدام بيج-انترون يجب أن يكون تحت اشراف طبي حتى يحصل المريض على أفضل النتائج – مع ضرورة حفظ الحقن فى درجة حرارة تتراوح ما بين درجتين وثمانى درجات مئوية ضمانا لاستمرار فاعلية هذه الحقن.



ما هي المدة العلاجية اللازمة للقضاء على فيروس سى
باستعمال بيج-انترين مع أقراص ريبا فيرين؟

في الغالب تكون فترة العلاج المثالية ثمانية وأربعين اسبوعا
يتم تحديدها على حسب نتيجة اثني عشر اسبوعا علاج
بحقن بيج- انترين مع اقراص ريبا فيرين.

ومن الضروري هنا أن نعرف حقيقة هامة:

تختلف استجابة المريض للعلاج من مريض الى آخر
وعلى هذا الأساس فاعن الطبيب المعالج وحدة هو القادر على
تحديد مدة العلاج المناسبة والتي يمكن بعدها أن يحصل
المريض على أحسن نتيجة.



هل يشعر المريض بأى أعراض جانبية عند استعماله حقن
بيج - انترون ؟

انها نفس الأعراض الجانبية التي يمكن أن يشعر بها المريض
عند استعمال حقن الانترفيرون العادية.

وبعض هذه الأعراض تتضمن الأعراض المشابهة للإصابة
بنزلة البرد.. مثل ارتفاع في درجة الحرارة .. بعض الألام
العضلية والرعشة الخفيفة.

هل يشعر المريض بأى أعراض جانبية عند استعماله حقن
بيج - انترون ؟

كذلك .. هناك أيضا الاحساس بالإرهاق .. وهو من الأعراض
الجانبية المألوف حدوثها.

وهناك من يشكو من الإحساس بالرغبة فى التقيؤ .. مع فقدان
الشهية لتناول الطعام.

هل يشعر المريض بأى أعراض جانبية عند استعماله حقن
بيج - انترون ؟

ومع حقن بيج-انترون .. هناك احتمال أكبر لحدوث احمرار
وحساسية وتورم فى مكان الحقن .
ومن الملاحظ أن هذه الأعراض الجانبية التى يمكن أن تحدث
..والتي تشبه أعراض نزلة البرد ..تقل حدتها مع
الاستمرار فى استعمال الحقن.

هل يشعر المريض بأى أعراض جانبية عند استعماله حقن بيج - انترون ؟

كذلك .. فاعن الإحساس بالاكئاب أو بعض المتاعب النفسية الأخرى
يمكن أن يحدث فى بداية استعمال الحقن .. ولكن بمرور الوقت ومع
استمرار العلاج تقل حدتها بوضوح.

وفى العديد من الحالات قد لا يشكو المريض اطلاقا من الأعراض
الجانبية والمتاعب التى سبق ذكرها مع استعمال الدواء.

وفى كل حالة من الحالات .. يجب أن تتم مراجعة الطبيب عند حدوث
هذه المضاعفات .. بعضها أو كلها. وبذلك يمكن أن يساعد الطبيب
مريضة على مواجهة هذه المتاعب والحد من شدتها.



ولكن .. ما هي الخطوات التي يجب اتباعها قبل وأثناء استعمال بيج-انترون؟

- **أولاً:** من الواجب أخذ عينة من الكبد لفحصها قبل بدء العلاج.
- يحدث ذلك لتقييم درجة نشاط الالتهاب .. وتحديد حدوث التليف .. واكتشاف وجود أى أمراض أخرى قد تكون موجودة.

ولكن .. ما هي الخطوات التي يجب اتباعها قبل
وأثناء استعمال بيج-انترون؟

ثانياً: يتم عمل مجموعة من الاختبارات الأساسية وهي تشمل:
-وظائف الكبد -الصفراء- زلال الدم -بروثرومين -العد الكامل
للدم والصفائح- الاجسام المضادة-هرمون الغدة الدرقية
المنشط -الجلوكوز في الدم- بي.سي.ار
-ويتم عمل اختبارات الوظائف وعد الدم والصفائح في الفترة
ما بين اسبوعين وأربعة أسابيع من بداية العلاج.



Photo **B**y **Y**esmeena 2007

ولكن .. ما هي الخطوات التي يجب اتباعها قبل
وأثناء استعمال بيج-انثرون؟

ثانياً: يتم عمل مجموعة من الاختبارات الأساسية وهي تشمل:-
وتتم إعادة نفس هذه التحاليل ثانية عند نهاية العلاج
-ويتكرر نفس الشيء بعد مرور ستة أشهر من نهاية العلاج
-وهنا . وضرورة لإعادة فحص عينة من الكبد.



ماهى الحالات التى تمنع استخدام حقن بيج- انترون مع اقراص ريبا فيرين؟

- هناك حالات معينة تمنع استخدام هذا الدواء منه:
- -وجود حساسية فى الجسم لمادة الانترفيرون
- -الاصابة بحالات مرضية معينة فى جهاز المناعة بالجسم
- -أن يكون المريض مصابا من الأصل بحالة نفسية أو عصبية حادة.
- -إذا كان المريض يعانى من مرض فى الغدة الدرقية ويعجز الطبيب عن السيطرة على هذا المرض.
- -إذا اصيب الكبد بحالة مرضية –غير اصابته بفيروس سى وكان من الصعب السيطرة على هذه الحالة التى وصلت الى مرحلة متقدمة



يجب الاتصال بالطبيب اذا كان المريض يعاني من:

- صعوبة فى التنفس
- ألم فى الصدر
- اضطراب فى الرؤية
- فقد الرؤية
- ارتفاع فى درجة الحرارة
- نزيف من اللثة او الاسنان
- اذا اجرى لة تحليل لصورة الدم وكان يعاني من انخفاض فى عدد كرات الدم البيضاء والصفائح الدموية

يجب ان يبلغ المريض الطبيب اذا كان المريض يعانى من قبل تناول العلاج:

- تاريخ سابق للعلاج من الاكتئاب او التفكير فى الانتحار
- -قلق وتوترات مستمرة ويعالج من اضطرابات نفسية
- يتناول الكحوليات او مدمن
- يعانى من عدوى بكتيرية فى جسمه
- مريض بمشاكل فى عضلة القلب
- يعانى من الروماتزم
- يعانى من اضطراب كهربية خلايا المخ وينتابة نوبات صرعية
- مريض بالسكرى
- يعانى من مشاكل فى كفاءة الكبد
- يعانى من مشاكل فى كفاءة الكلى

يجب ان يبلغ المريض الطبيب اذا كان المريض يعانى من قبل تناول العلاج:

■ لى لا يتعارض تناول هذا
العلاج مع حالة المرضية التى
ذكرت من قبل و لا يحدث
تداخلات بين هذا الدواء وأدوية
اخرى .



©OCphoto.com



كيف تحقق نفسك؟



مبجاني الله ...

الذققن تحت الجلد



مبجاني الله ...

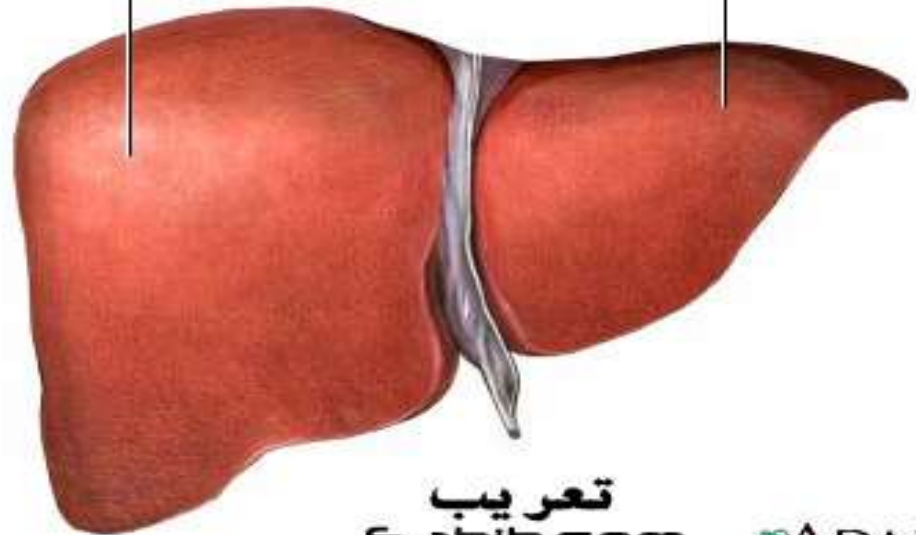


تغذية مرضى الكبد

توجيهات معهد أمراض الكبد بمصر
يناير 2008

الفص الايمن للكبد

الفص الايسر للكبد



تعريب

Gabib.com

ADAM.



النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى (Ascitis)

مريض الاستسقاء الكبدى



النظام الغذائى لمريض الاستسقاء الكبدى

ان امراض الكبد من الامراض الشائعة والتي تلعب التغذية دور حيوى ومهم فى علاجها والوقاية منها ايضا ...

الالتهاب الكبدى الفيروسى الحاد احد اسس علاجه هو الغذاء وطريقة التغذية مع الراحة ... اما الدواء فدوره ثانوى مساعد ... كذلك فى دهون الكبد فالتغذية حيوية فى السيطرة على الدهون وإقلالها بالكبد

النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى معهد الكبد المصرى بالقاهرة يناير 2008





النظام الغذائى لمريض الاستسقاء الكبدى

- وطبعا لزيادة مرضى الكبد فى مصر ولما يعانونه من كثرة الادوية وأعراضها الجانبية وسوء التغذية الناتج منه ... فان الغذاء هو افضل واصح طريقة للعلاج بالإضافة طبعا الى الادويه لكن يجب ان يكون هو العامل الاساسى

النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى

- يجب على مريض الاستسقاء :
- عدم تناول الأطعمة المحفوظة بالتمليح أو ذات المحتوى العالى من الصوديوم (ملح الطعام) مثل البسطرمة - الجبن القديم والمطبوخ - الجبن الرومى - الشيدر - - جبن جودة - روكفورد والملوحة والفسيح والسردين واللانшон والسجق والكاتشب والمعلبات والعصائر المحفوظة أو المعلبة.



Photo By Yesmeena 2007

النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى

- يجب على مريض الاستسقاء :
- عدم اضافة ملح على الأطعمة مثل السلطة والبطاطس المقلية والبيض المسلوق
- خلو الطعام من الملح غير مقبول الطعم ويفضل اضافة عصير الليمون والكمون والفلفل والخل والثوم .
- يطهى الطعام بدون ملح ويضاف الملح بعد الطهى
- يسمح بالفاكهة والحضرات الطازجة







النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى

- الإفطار:
- رغيف بلدى
- قطعة صغيرة جبن قريش
- طبق صغير فول مدمس
- نصف ليمونة
- ثمرة طماطم

النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى

- الغذاء:
- كوب ارز
- طبق سلطة يتكون من (ثمرة طماطم-ثمرة خيار)
- شريحة لحم مشوى او مسلوق
- 2 ثمرة فاكهة



النظام الغذائي لمريض الاستسقاء الكبدى

■ العشاء:

■ رغيف بلدى

■ علبه زبادى كبيرة

■ 5 ملاعق مربى

■ 2 ثمرة فاكهة

سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم



الكبد الدهنى

■ الابتعاد عن:

■ الدهون الحيوانية (القشدة-الزبدة-السمن –اللبن كامل
الدهن-صغار البيض-الكبد-المخ)

■ الدهون النباتية(السمن الصناعى-زيت السمسم-زيت الذرة-
الطحينة-الفول السودانى-الكاكاو-جوز الهند- الحلاوة
الطحينية)

الكبد الدهنى

- يمكن تناول:
- الجبن القريش-لبن منزوع الدسم
- جميع الفاكهة والخضراوات
- يمكن تناول الاسماك –الارانب-منتجات الألبان منزوعة الدسم ويفضل نزع جلد الدجاج
- استخدام الزيوت النباتية (زيت عباد الشمس-زيت الزيتون)



تصريحات الأستاذ الدكتور على مؤنس

أستاذ أمراض الكبد المصري

تصريحات الأستاذ الدكتور على مؤنس
أستاذ أمراض الكبد المصري
في مؤتمر أمراض الكبد بكليفلاند أوهايو

في مؤتمر أمراض الكبد بكليفلاند أوهايو
يناير 2008



يشير الدكتور على مؤنس إلى أن الكثير من
المرضى يعتقدون أن طعام مرضى الكبد قد يتطلب
ضرورة الابتعاد عن الدهون واللحوم والألياف..
وهناك اعتقادات مختلفة من المرضى، ولكن سنرى
الآن أن طعام مرضى الكبد الفيروسي (سى)،
يختلف باختلاف أطوار الإصابة به وأضاف الدكتور
على

أن طعام مرضى الالتهاب الكبدي (سى) الحاد هو نفس طعام جميع المرضى المصابين بالالتهاب الكبدي الحاد، والذي يعتمد أساساً على إمداد المرضى بالطعام الذي يحافظ على نسبة السكر بالدم؛ لأن الكبد المصاب لا يستطيع اختزان الجلوكوز واستعماله عند النوم، وأنه يكفي فقط 20% من حجم الكبد ليستطيع المحافظة على نسبة السكر بالدم،

وغالبية المرضى المصابين بالالتهاب الكبدي الحاد،
لا يحتاجون لطعام معين، ونقدم لهم الطعام المناسب
لشهيتهم، وبطريقة متكررة ما بين 4 إلى 5 مرات
يومية، أى كل ثلاث ساعات، وأن نبتعد عن المواد
الدهنية؛ لأنها تعوق الهضم وتؤدي إلى عسر
الهضم

غذاء مرضى الالتهاب الكبدي المزمن

يؤكد الدكتور على مؤنس أن الغذاء السليم له دور كبير في وقاية الكبد، بل والجسم بصفة عامة من تأثيرات الفيروس الكبدي (سى). لذلك فإنه من الضروري المحافظة على التغذية السليمة والحياة الصحية في أكمل أوجهها لتلافى أى تأثيرات ضارة من الفيروس الكبدي (سى)،

غذاء مرضى الالتهاب الكبدي المزمن

ويجب أن نعلم أن غذاء مرضى الالتهاب الكبدي المزمن يختلف من مريض إلى آخر حسب المرحلة المرضية التي وصل إليها المريض.. والغذاء السليم في هذه المرحلة المرضية لآبد وأن تشتمل على جميع مكوناته الغذائية السليمة، ولآبد أن تكون السعرات الحرارية كافية للمحافظة على الوزن، لأن قلة الطعام ونقص الوزن يضر بالجسم،

غذاء مرضى الالتهاب الكبدي المزمن

حتى أن مرضى السمنة لا يجوز إنقاص وزنهم إلا لوجود سبب مرضى يتطلب إنقاص الوزن مع مراعاة أن يكون إنقاص الوزن تدريجياً، وأيضاً عدم الإسراف في الطعام وزيادة الوزن، فإنها تؤدي إلى تشحم الكبد الذي قد يكون عاملاً إضافياً أيضاً لالتهاب الكبد ومساعدة الفيروس في زيادة آثاره الضارة على الكبد

غذاء مرضى الالتهاب الكبدي المزمن

يؤكد الدكتور على مؤنس أن الغذاء السليم له دور كبير في وقاية الكبد، بل والجسم بصفة عامة من تأثيرات الفيروس الكبدي (سى). لذلك فإنه من الضروري المحافظة على التغذية السليمة والحياة الصحية في أكمل أوجهها لتلافى أى تأثيرات ضارة من الفيروس الكبدي (سى)،

المواد الروتينية:

وأضاف الدكتور على أنه يجب مراعاة ألا تقل البروتينات عن 300 جرام يومياً ممثلة في (اللحوم، الطيور، الأسماك، البقول مثل الفول المدمس، اللوبيا، الفاصوليا، العدس، البيض).. ولابد من الاهتمام بصفة خاصة بالخضراوات والفاكهة؛ لأنها تحتوى على الفيتامينات والمعادن،

المواد الروتينية:

وأهم شئ المواد المضادة للأكسدة، لأن التأثير السيئ للفيروس الكبدي على الكبد يعتمد أساساً على أكسدة محتويات الخلية.. وبذلك يؤدي إلى مرض الخلية الكبدية، وبذلك تموت الخلية الكبدية قبل أوانها.. لذلك فإن استعمال المواد المضادة للأكسدة قد تكون عاملاً لإزالة الآثار الضارة التي يحدثها الفيروس بخلايا الكبد، وبذلك يمكن أن تظل الخلية الكبدية سليمة لمدة أطول..

المواد الروتينية:

وأشار الدكتور على إلى أن هذا الموضوع مهم جداً، وأنه مازال تحت البحث لأنه من المعتقد أن ما يحدثه الفيروس بخلايا الكبد هو موت الخلية قبل أوانها وليس قتل الخلايا الكبدية وهي في أعظم حالاتها الصحية..

وأضاف الدكتور على أنه يجد مرضى الفيروس الكبدي
(سى) الذين يعيشون حياة صحية كاملة أقل ضرراً من
هؤلاء المرضى الذين يهملون نوعية غذائهم.. ليس
فقط المواد المضادة للأكسدة الموجودة في
الخضراوات والفاكهة، والتي ثبت وجودها في عناصر
غذائية أخرى مثل فول الصويا.
لذلك نوكد مرة أخرى أن الخضراوات والفاكهة
الطازجة عنصر مهم للوقاية من التأثيرات السيئة
للفيروس على خلايا الكبد.



سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ



أما المواد النشوية فهي ضرورية ويجب أن نهتم
بها، وليس كما يعتقد الناس شرب العسل الأسود،
فقد ثبت عكس ما يعتقدونه، فهو ضار للكبد لأنه
يحتوى على نسبة كبيرة من الحديد، والكبد
الملتهب يمكنه تخزين كمية أكبر من الحديد عن
الكبد السليم،

وجود الحديد بالكبد بكميات كبيرة يؤدي إلى
التهاب الكبد وزيادة الإنزيمات الكبدية.. ومن
العوامل التي تعوق الاستجابة للعلاج بحقن
الإنترفيرون هو زيادة نسبة الحديد بالكبد.. كما أن
زيادة نسبة الحديد بالكبد تؤدي إلى زيادة
الإنزيمات، وأن تقليل نسبة الحديد بعمل فصد للدم
يؤدي إلى تحسن الإنزيمات الكبدية

مرضى التليف الكبدى الفيروسى سى

أشار الدكتور على مؤنس إلى أنه بالنسبة لمرضى التليف الكبدى لابد من الاهتمام بالمواد النشوية مثل (الخبز، الأرز، المكرونة بالإضافة للفاصوليا، البسلة، والبقول المدمس)، وذلك حتى نمد الجسم بالجلوكوز اللازم ونحافظ على مستواه بالدم، ولذلك لابد أن توزع هذه الأنواع من الغذاء على ثلاث مرات يومياً

أضاف الدكتور على أنه لا يعتقد أن (العسل، المربي،
الحلويات، السكريات) ضرورية، بل قد تكون عاملاً من
عوامل اضطراب نسبة السكر بالدم.

أما المواد البروتينية.. فلا بد من الاهتمام بها، ولكن
بطريقة جديدة، وهي الإقلال من (اللحوم، الأسماك،
والطيور) واستبدالها بـ (الفول، الفاصوليا، اللوبيا،
العدس، البيض، اللبن الحليب، والزبادي)، بحيث لا
تزيد كمية البروتينات في مجموعها عن 300 جرام
يوميًا

ما المواد الدهنية.. فإن مرضى الكبد يعتقدون أنها
ممنوعة تماماً، مما قد يؤدي إلى الإضرار بالجسم..
وأضاف الدكتور على أن تناول المواد الدهنية قد يسبب
عسر الهضم، ومرضى الكبد دائماً يشكون من عسر
الهضم، لذلك فإن القدر اللازم من المواد الدهنية يجب
أن يكون أقل من الإنسان العادى، بما لا يزيد على 70
جراماً، ولا يقل عن 40 جراماً يومياً.. ويكون الجزء
الأكبر من الزيوت النباتية والجزء الأصغر من الدهون
الحيوانية

مبجحان الله ...



ربنا انعم علينا
وبسط علينا
وافتقرنا اليك
وافتقرنا اليك



مبجحان الله ...

وأشار د. على أن غالبية الأغذية التي نتناولها يدخل في تركيبها المواد الدهنية. فاللبن به مواد دهنية حيوانية، والخضراوات تحتوى على المواد الدهنية النباتية، لذلك يمكن القول بأنه من مسموح بإضافة ملعقة كبيرة من الزيوت النباتية إلى الطعام، وقالب صغير (10 جرام) من الزبد المبستر للطعام، أما ما يحتاجه الجسم من المواد الدهنية فموجود في بقية غذائنا اليومي.

والمواد الدهنية ضرورية للمحافظة على صحة وحيوية
الكبد، مع العلم بأن بعض المواد الدهنية ضرورية
لزيادة مناعة الجسم والمحافظة على جدار خلايا الكبد..
كما أنه من الملاحظ أنه يوجد نقص في الفيتامينات
الضرورية للجسم في مرضى التليف الكبدي وذلك
نتيجة لفقدان الشهية، وقلة الهضم والامتصاص.. لذلك
في بعض الحالات نفضل إضافة بعض الفيتامينات
لمرضى الكبد، وأكد الدكتور علي أن يكون ذلك من
المصادر الطبيعية للعلاج بدلاً من الدواء.

وأشار الدكتور على إلى أننا نلاحظ أيضاً نقص بعض المعادن في مرضى التليف مثل: (الزنك، المنجنيز، والكالسيوم).. لذلك نلاحظ شكوى مرضى التليف الكبدي من تقلص العضلات ونقص بعض الهرمونات بل وقلة الكفاءة الجنسية، كما أن مادة الزنك تعتبر مادة مضادة للأكسدة،

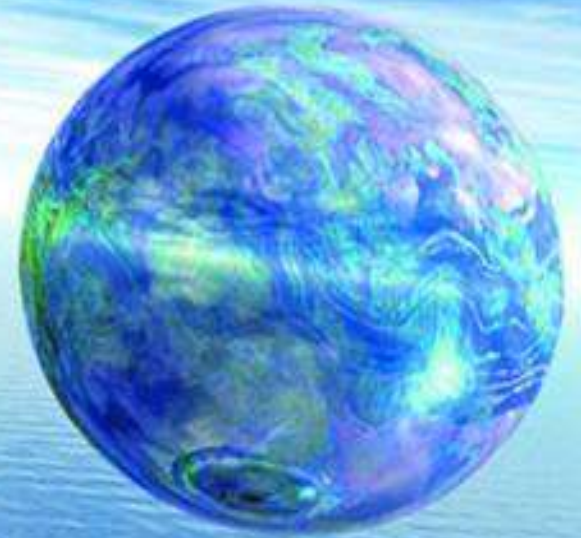
لذلك لابد من إمداد هؤلاء المرضى بالأدوية
المحتوية على مثل هذه المعادن، وإن كان من
المفضل الأغذية الطبيعية المحتوية على هذه
المعادن في (الخضراوات، الفاكهة، والخبز
المصنوع من الدقيق الأسمر).

ضاف الدكتور على أنه إذا استعملنا الأدوية
المحتوية على الفيتامينات والمعادن، فحذار من
الأدوية المحتوية على الحديد، لأنه قد جرت
العادة على أن الأدوية المحتوية على المعادن
والفيتامينات يدخل في تركيبها الحديد

ويشير الدكتور على إلى أنه من الملاحظ أن مرضى التليف الكبدي عندهم استعداد لاختزان الماء والملح، لذلك نلاحظ في بعض المرضى الامتلاء وتورم القدمين عند الوقوف لمدة طويلة أو عند السفر، ويعتقد البعض أن هذا نتيجة اضطراب بالدورة الدموية للقدمين أو أنه دوالي بالساقين.. وهو في حقيقة الأمر استعداد لاختزان الماء والملح في بعض الأمراض، خاصة مرضى التليف الكبدي،

لذلك، كان من الضروري الإقلال من الملح بل يفضل
التعود على الامتناع عنه، خاصة أن حاسة التذوق
تعتمد على التعود فإن حرصنا تماماً على تغييرها
وإصرارنا على ذلك، لمدة ستة أسابيع، أصبح مذاق
الطعام المالح غير مرغوب فيه، وإذا ذكرنا الملح يجب
أن نعلم أن المواد الغازية والشربة والأدوية الفوارة
المضادة للحموضة، حكمها في ذلك حكم الملح.

اللهم صل على محمد وآل محمد





ويعتقد البعض أن الموالح مثل
البرتقال واليوسفي (هي ملح)
ولكنها موالح ويمكن أكلها
كالمعتاد، إلا إذا كان هناك حموضة
بالمعدة فيفضل أن تكون غير
حمضية وبعد الطعام،



ويمكن استبدال الملح بقليل من
الخل، ولكن ضرورة التعود على
الطعام بدون ملح شئ مهم، خاصة
أن الخل غير مناسب للمصابين
بحموضة المعدة

غذاء مرضى التليف.. المصابون بالخلل الكبدى

يشير الدكتور إلى أن هؤلاء المرضى هم المرضى الذين يشتكون من تورم القدمين والاستسقاء، فإلى جانب ما وصفنا لمرضى التليف الكبدى من غذاء، فإننا هنا نؤكد لهؤلاء المرضى على ضرورة الامتناع تماماً عن الملح، وكما ذكرنا فإن المعلبات والمواد الغازية والمواد الفوارة الهاضمة لابد من الامتناع عنها، وكذلك الشورية، خاصة شوربة الخضراوات أو اللحوم.

غذاء مرضى التليف.. المصابون بالخلل الكبدي

كما ننصح بالتخلي عن شرب العصائر المختلفة وأيضاً كثرة شرب القهوة والشاي، ونكتفى وإن كان ضرورياً بفنجان أو اثنين من أيهما.. ولا ننصح إلا بشرب الماء لأن السوائل يمكن أن تختزن بالجسم، كما أن الملح يمكن أيضاً أن يختزن بالجسم وبذلك تزداد كمية المدرات التي توصف للمرضى والتي قد يكون لها تأثير سيئ على الكلى

غذاء مرضى الخلل المخي المصاحب لتليف الكبد

يؤكد الدكتور علي علي أن العلاج هنا هو الطعام.. فإذا نظمنا الطعام تماماً نستطيع الوقاية من حدوث نوبات الخلل المخي الذي تعقبه الغيبوبة الكبدية. وأشار إلى أن الابتعاد عن البروتينات الحيوانية مثل (اللحوم، الأسماك، والطيور) بأنواعها أصبح ضرورة ملحة في هذه المرحلة الكبدية، وإذا كان لا يمكن الاستغناء عنها،

غذاء مرضى الخلل المخي المصاحب لتليف الكبد

فيمكن أخذ قدر بسيط يختلف من مريض لآخر اعتماداً على عدم ظهور الخلل المخي بالقدر الذي نتناوله من هذه اللحوم، ولكن الأفضل الابتعاد كلياً عن هذا الطعام.. فقد يكون الابتعاد تماماً عن هذه المواد البروتينية المذكورة عاملاً من العوامل التي تؤدي إلى نقص نسبة البروتين بالدم (زلال الدم)، ولذلك يجب تعويضها بمواد بروتينية لا تضر هذا المريض وبالقدر المطلوب،

ولذلك يمكن تعويضها بكوب من الحليب، أو
الزبادى، أو طبق مهلبية، أو 2 ملعقة فول مدمس،
أو 2 بيضة.. فهذا القدر من الغذاء يعوض هذا
المريض عن البروتينات الحيوانية ويمده بالقدر
اللازم من مواد بروتينية مفيدة غير ضارة. وأضاف
الدكتور على مؤنس أن المريض

إذا حافظ على هذا الأسلوب الغذائي كان وقاية له
من الإصابة بالخلل المخي والغيوبية الكبدية، مع
مراعاة ألا يصاب بالإمساك وذلك بالطعام المحتوى
على الألياف الموجودة بالخضراوات والفاكهة
والخبز الأسمر وكوب الحليب وبذلك نجد أن هذا
الطعام ضروري جداً لهؤلاء المرضى، وأكد الدكتور
علي أنه يفضل دائماً الحرص على وصف الطعام
لهم قبل وصف العلاج

معهد أمراض الكبد-مصر مايو 2008

النظام الغذائي للمرضى الذين يعانون من الغيبوبة الكبدية

النظام الغذائي للمرضى الذين يعانون من الغيبوبة الكبدية

- تقليل كمية الاطعمة التي تحتوى على البروتين أو منعها تماما وهى كالاتى:
- اللحوم الحمراء-اللحوم البيضاء-السماك-الجبن-الفول-العدس-اللوبيا-البسلة الجافة-المكسرات-الفول السودانى-البيض-المخ-الكاكاو
- علاج الإمساك وذلك بإتباع نظام غذائى مع الطعام مثل الردة(4 ملاعق ردة +كوب عصير برتقال)

النظام الغذائى للمرضى الذين يعانون من الغيبوبة الكبدية

■ الافطار:

■ 5 ملاعق عسل نحل

■ رغيف عيش

■ 2 ثمرة فاكهة

■ كوب شاي

■ جبن قريش



النظام الغذائي للمرضى الذين يعانون من الغيبوبة الكبدية

■ الغذاء:

- طبق خضار مسلوق بدون لحم
- طبق سلطة خضار
- 2 ثمرة فاكهة
- كوب ارز كبير

النظام الغذائي للمرضى الذين يعانون من الغيبوبة الكبدية

■ العشاء:

■ نصف رغيف

■ 5 ملاعق مربى

■ 2 ثمرة بطاطس مسلوقة ومهروسة

■ كوب عصير فاكهة طازجة



بول الابل كأى بول عبارة عن سموم مركزة يتخلص منها الحيوان

- المرضى يبحثون عن الجديد في العلاج لتخفيف متاعبهم والقضاء علي أسباب معاناتهم..
- ولكنهم في سبيل البحث عن هذا الجديد يقعون ضحايا للراغبين في الثراء ببيع الأوهام..
- فمرة يوهمهم البعض بأن العلاج يكون باستخدام نوع معين من الحمام لسحب الفيروس من المريض
- وأخري باستخدام أنواع معينة من الاعشاب دون تحويلها الي مستحضرات طبية للتخلص من المواد السمية بها..

بول الابل كأى بول عبارة عن سموم مركزة يتخلص منها الحيوان

- أما آخر صيحة فهي التي روجت لها طبية بيطرية بمطروح علي شاشة احدي القنوات التلفزيونية عن استخدام بول الابل للعلاج كما روجت بعض الصحف لنوع من الكريمات..

بول الابل كأى بول عبارة عن سموم مركزة يتخلص منها الحيوان

■ لكن بعد اصابة عدد من المرضى الذين تناولوا بول الابل أو استخدموا هذه الكريمات بغيوبة كبدية واستسقاء وتدهور حالة بعضهم والذين عولجوا بمستشفى مطروح العام ووفاة البعض الآخر لعدم امكان انقاذهم في الوقت المناسب،

بول الابل كأى بول عبارة عن سموم مركزة يتخلص منها الحيوان

■ فقد تحركت الجمعية الاهلية التي تتبني رعاية
مرضي الكبد فأصدرت بيانا تحذرهم فيه من هذا
الوهم القاتل خاصة أن المروجين له يؤكدون
حصولهم على براءة اختراع!



خطورة شديدة

- **خطورة شديدة!**
يطالب الدكتور جمال شيحة رئيس جمعية رعاية مرضي الكبد وأستاذ أمراض الكبد بطب المنصورة
- بوضع حد للمتاجرة بالأمهم وتعريضهم للأذى غير المبرر ويؤكد
- أن الجمعية تضع عددا من الحقائق أمام مرضي الكبد والرأي العام
- أهمها أنه لا يجب علي أي مريض خاصة مريض الكبد أن يتناول أي عقار أو أدوية غير مصرح بها من وزارة الصحة لما يمثله ذلك من خطورة شديدة علي الكبد والصحة العامة للمريض
- حيث إنه لا يوجد في علم أمراض الكبد شيء اسمه العلاج بالأعشاب أو بول الابل

وهل دور الإعلام في القرن الحادي والعشرين نشر الخرافة وتدمير صحة المواطنين؟

- كما طالب الدكتور حاتم الجبلي وزير الصحة بمنع الذين يتاجرون بصحة المواطنين من مرضي الكبد بما يسمي الأعشاب أو أي علاجات لم تقرها وزارة الصحة
- كما تطالب الجمعية بقسم الامراض المتوطنة بقصر العيني وعلي رأسه الدكتور سراج زكريا بالتدخل لحماية وعلاج مرضي الكبد
- والسيد أنس الفقي وزير الإعلام لمنع البرامج التي لا تلتزم بما قررته وزارة الصحة من خطط علاجية لحماية لمرضي الكبد الذين لا تتحمل أعبادهم ونفوسهم كل هذا الارهاق وهذه البلبلة.



الكبد والسرطان!

■ أما الدكتور عبدا لرحمن الزياىى أستاذ أمراض الكبد بطب عين شمس فيقول:

■ لا أظن أن هناك بحثا علميا نشر عن مدي فاعلية بول الجمال في علاج الاستسقاء أو غيره من الأمراض

■ وبالرغم من هذا فإننا نسمع كل يوم عن قدرة بول الجمال أو لبنها علي علاج أمراض الاستسقاء بالإضافة إلي أورام الكبد والسرطان وسرطان الدم وغيرها ولا ندرى أين أجريت هذه البحوث ومن قام بها

بول الابل

- ولا من هم هؤلاء المتطوعون الأبطال الذين تجرعوا بول الجمال لعلاج هذه الأمراض
- ثم ماهي الشروط التي تتوافر في هذه الإبل كي نحصل منها علي اللبن أو البول مؤكدا
- أن تناول بول الإبل كعلاج لأمراض الكبد ليس له سند علمي أو شرعي أو قانوني لدي أدياء الطب البديل والمتاجرين به.



Photo **B**y **Y**esmeena 2007

موجة جديدة!

- ما الدكتور أشرف عمر أستاذ أمراض الكبد بطب القاهرة فيقول:
- إن هناك موجة جديدة لعلاج الفيروسات الكبدية باستخدام نوع من الكريمات علي جزء من الجسم
- وأن قيمة كورس العلاج للمريض الواحد بتكلفة حوالي 10 آلاف جنيه
- وأن أحد الصيادلة الحاصلين علي براءة اختراع يوزعه في مصر والسعودية
- وللأسف الشديد أن كثيرا من الصحف تروج لهذا العلاج من خلال الاعلانات المكثفة
- وأن هذا الأمر لا يعدو أن يكون تجارة رخيصة

بول الابل

- اما من الناحية الشرعية فالبول نجس وكل نجس حرام ,
- قال تعالى ((ويحل لكم الطيبات ويحرم عليكم الخبائث)) ,
- فالبول يحتوي على نسبة كبيرة من حمض البوليك , وهو ضار جدا ,
- فالبول هو الناتج النهائي لفضلات الجسم السائلة ,,



فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

■ إن الكبد من أهم الأعضاء في جسم الإنسان، ويعتبر معملاً كبيراً متعدد الوظائف داخل جسم الإنسان، فهو يقوم بتصنيع أغلب البروتينات الموجودة في الدم ويصنع عدداً مهماً من عوامل التخلط، ويقوم بتخزين السكريات،

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تقتك بالكبد

■ وله دور هام جدا في عمليات التمثيل الغذائي للدهون ويفرز العصارة الصفراوية التي تقوم بهضم المواد الدهنية وله وظائف كبيرة في تخليص الجسم من السموم بتحويلها لمواد قابلة للذوبان في الماء تطرد عن طريق البول كما يقوم بتمثيل عدد كبير من الأدوية والهرمونات إلى مواد فعالة يستفيد منها الجسم.

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

- إن هناك عدداً من الأدوية التي تخفض من وظائف الكبد وتؤدي إلى تأثيرات سيئة على الكبد، وهذه التأثيرات قد تكون متعلقة بكمية الدواء، أي أنه لا تحدث هذه التأثيرات إلا بتناول كمية كبيرة من الدواء، أو تزداد بزيادة الكمية كما يحدث عند تناول كمية كبيرة من الباربيتومول أي الآدول أو البنادول أو قد تكون لا علاقة لها بكمية الدواء والسبب غالباً مناعي

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

- إن هناك عدداً من الأدوية التي تخفض من وظائف الكبد وتؤدي إلى تأثيرات سيئة على الكبد، وهذه التأثيرات قد تكون متعلقة بكمية الدواء، أي أنه لا تحدث هذه التأثيرات إلا بتناول كمية كبيرة من الدواء، أو تزداد بزيادة الكمية كما يحدث **عند تناول كمية كبيرة من البار اسيتامول أي الآدول أو البنادول أو قد تكون لا علاقة لها بكمية الدواء والسبب غالباً مناعي**

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

- وتتنوع الأضرار التي تلحق بالكبد والتي تحدث بسبب الأدوية حسب المادة الدوائية وتحدث هذه الأضرار البشري أو مواد غذائية منتهية الصلاحية كذلك من أسباب التسمم الغذائي الرئيسية هي إعداد الطعام بواسطة أفراد لا تتوفر فيهم الشروط الصحية أو النظافة العامة أو الشخصية؛ يضاف لذلك تلوث الطعام بالميكروبات أو الكيماويات السامة لسوء التخزين

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

- أو عدم توافر الشروط الصحية المناسبة، كذلك عدم توخي الحذر أثناء استخدام المبيدات الحشرية أو الكيماويات أثناء إعداد الطعام أو بعد إعداده.. أما عن أعراض الإصابة بالتسمم فتختلف باختلاف السبب المؤدي للتسمم ولكن تشترك معظم مسببات التسمم في بعض الأعراض ومنها الاضطرابات المعوية كالقيء والإسهال وكذلك المغص المعوي الحاد

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تقتك بالكبد

■ مع ارتفاع درجة الحرارة خلال 48 ساعة الأولى من تناول الطعام وربما شلل في الجهاز العصبي في بعض الأنواع وغيثان شديد ويكون العلاج عادة بإجراء غسيل معدة للمريض ومعالجة الأعراض مثل القيء والإسهال وغيرها

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

■ من الأعراض وكذلك معالجة الجفاف بإعطاء محاليل بالوريد حتى يعوض المريض ما فقدته من سوائل عن طريق القيء والإسهال والوقاية دائما خير من العلاج وللوقاية من التسمم الغذائي يجب اتباع الآتي:

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

■ نقل وتخزين الطعام بطريقة صحية تتوافر فيها شروط الحفظ على مكوناته الأساسية وعدم الإضرار بها الآتية التي تسبب أضراراً بالغة بالكبد.

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

■ الأدوية التي تستعمل في علاج ارتفاع ضغط الدم مثل " الميثل دوبا" والذي يعطي شكلا مشابها لالتهاب الكبد.

■ مضادات الصرع مثل: "الصوديوم فالبروات" أو "ديباكن".

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

- الأدوية التي تستعمل في علاج الأورام السرطانية مثل ميثوتركسات.
- التي قد تؤدي إلى تليف بالكبد.
- 1- الهرمونات الذكرية أو موانع الحمل.
- 2- بعض المضادات الحيوية.

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تقتك بالكبد

■ لذلك دائما نوصي بعدم استعمال الأدوية بدون استشارة طبية مع العلم بأن هذه الأدوية المذكورة سابقا لأي الأضرار هذه بالكبد إلا إذا استعملت بجرعات خاطئة ولا تسبب هذه الأدوية أي أضرار بالكبد إلا في شريحة قليلة جدا من المرضى

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تفتك بالكبد

■ ولكن يجب الحذر عند استعمالها بأن نتأكد أولاً من كفاءة الكبد بعمل تحليل وظائف كبد وكذلك يجب مراقبة حدوث أي أعراض جانبية

فلنحذر هذه الأدوية.. فإنها تقتك بالكبد

■ والتوقف فوراً عن استعمال الدواء عند حدوث
أية أعراض وتبقى العلاقة بين الطبيب
والمريض والمراقبة السليمة هي التي تقلل من
حدوث أي أضرار والكشف المبكر عن ذلك كلما
أمكن

المعهد القومي لأبحاث الأمراض المتوطنة والكبد

www.nthmri.org



ଶିଶୁମୂଳ ଶିଳାମୟା ଓ ମନ୍ତ୍ରକର ମୂଳ

