



### النمط الجيني لفيروس الإلتهاب الكبدي C هو المسؤول عن طول دورة العلاج:

الإلتهاب الكبدي C عبارة عن فيروس يمكن أن يصيب الكبد ويسبب أضراراً به، أعراضه سوف تظهر على شخص واحد من كل أربعة أشخاص خلال الأشهر الستة الأولى من العدوى وتعرف هذه المرحلة بالإلتهاب الكبدي C الحاد. وقد تشمل الأعراض مايلي: درجة حرارة مرتفعة ٣٨ درجة مئوية (١٠٠,٤ درجة فهرنهايت) أو أعلى، الإعياء (التعب)، فقدان الشهية، ألأم المعدة، الشعور بالغثيان والمرض. وتحدث هذه الأعراض بعد بضعة أسابيع من العدوى بالمرض.

في الأشخاص الذين يعانون من أعراض الإلتهاب الكبدي C الحاد، سوف يواجه حوالي واحد من كل خمسة منهم إصفراراً في العينين والبشرة. ويعرف هذا أيضاً باسم اليرقان (jaundice).

تشير التقديرات إلى أن النظام المناعي (the immune system) سيقوم في حالة واحدة من بين كل أربع حالات تعاني من الإلتهاب الكبدي C بقتل الفيروس بنجاح ولن يعاني الشخص من أي أعراض أخرى (مالم يتعرض للإصابة مرة أخرى).

في الحالات المتبقية، يواصل الفيروس إنتشاره داخل الجسم لعدة سنوات ويعرف هذا باسم الإلتهاب الكبدي المزمن. قد تختلف أعراض الإلتهاب الكبدي C بشكل كبير من حالة إلى أخرى. ففي بعض الأشخاص، قد تكون الأعراض بالكاد ملحوظة. وفي أشخاص آخرين، قد تكون ذات تأثير كبير على نوعية الحياة لديهم. من الممكن أيضاً أن تختفي الأعراض لفترات طويلة من الزمن ثم تعود.

تتضمن بعض الأعراض الأكثر شيوعاً للإلتهاب الكبدي C مايلي: الشعور بالتعب طوال الوقت (لا يبدو أن النوم يساعد في تحسين مستويات الطاقة)، الصداع، الإكتئاب، مشاكل في ذاكرة المدى القصير والتركيز وإنجاز المهام العقلية المعقدة نسبياً مثل الحساب الذهني (يصف الكثير من الأشخاص هذا المزيج من الأعراض بالمعاناة من "ضباب الدماغ")، تقلب المزاج، عسر الهضم أو الإنتفاخ، ألأم المفاصل والعضلات والألم، حكة في الجلد، أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا، مثل تلك التي تحدث في المرحلة الحادة من العدوى، ألأم البطن وألم في منطقة الكبد (الذي يقع في الجانب العلوي الأيمن من البطن).

### أسباب الإلتهاب الكبدي C:

يصبح الشخص مصاباً بالإلتهاب الكبدي C إذا تعرض لإتصال بدم شخص آخر مصاب، أو في الحالات الأقل شيوعاً بسوائل جسم هذا الشخص. يحتوي الدم على أعلى تركيز للفيروس، ولذلك فإن التعرض للدم الملوث أسهل طريقة للإصابة بالفيروس. ومن الممكن أن يتسبب مجرد أثر صغير من الدم في العدوى ويستطيع الفيروس العيش خارج الجسم في بقع الدم المجفف على الأسطح لمدة ١٦ ساعة على الأقل، ولكنه لا يعيش أكثر من أربعة أيام (في ظروف درجة حرارة الغرفة).

يكثر إنتشار الإلتهاب الكبدي C بين الأشخاص الذين يشاركون الإبر والملاعق ومرشحات حقن المخدرات الملوثة، فقد يكون حقن الشخص نفسه بإبرة واحدة فقط ملوثة كافيًا للإصابة بالفيروس. توجد أيضاً تقارير حول إصابة الأشخاص بالإلتهاب الكبدي C عند مشاركة الأوراق المالية أو الماصة لشم الكوكايين، فمن الممكن أن يتسبب الكوكايين في إلحاق الضرر الأنف من الداخل مما يؤدي إلى النزيف. ومن الممكن حينها إستنشاق الدم الملوث والإصابة بالعدوى.

ومن الأسباب الأكثر شيوعاً "الجنس دون وقاية" فمن الممكن إنتقال الإلتهاب الكبدي C أثناء ممارسة الجنس دون وقاية (ممارسة الجنس دون إستخدام الواقي الذكري)، على الرغم من أن درجة هذا الخطر تعد منخفضة للغاية، خاصة في حالة وجود علاقة مستقرة لمدة طويلة.

في حالة إجراء نقل دم أو العلاج الطبي أو علاج الأسنان بإستخدام معدات طبية لم يتم تعقيمها بشكل صحيح، قد يتعرض الشخص للإصابة بالإلتهاب الكبدي C. ويتمتع الفيروس بالقدرة على العيش في أثار الدماء التي تتبقى على المعدات. وقد تشكل المعدات التي يستخدمها الحلاقون خطراً في حالة تعرضها للتلوث بدم يحمل العدوى وعدم تعقيمها أو تنظيفها عند الإستخدام من زبون لآخر.

توجد نسبة خطر صغيرة (حوالي ١ في ٢٠) أن تنقل الأم المصابة بفيروس الإلتهاب الكبدي C العدوى إلى طفلها. كما توجد نسبة خطر صغيرة (حوالي ١ في ٣٠) بالإصابة بالإلتهاب الكبدي C في حالة تعرض جلد الشخص للوخز عن طريق إبرة إستخدمها شخص آخر مصاب بالإلتهاب الكبدي C. وهناك أيضاً نسبة خطر صغيرة بإنتقال العدوى في حالة وصول رذاذ الدم المصاب بالعدوى إلى العين أو الفم.

### علاج الإلتهاب الكبدي C:

لا يتم علاج معظم حالات الإلتهاب الكبدي C الحادة حيث لا تظهر على الشخص أي أعراض أو يتم تشخيصها بالخطأ على أنها أعراض إنفلونزا. في حالة إكتشاف الإلتهاب الكبدي C خلال هذه المرحلة الحادة، من المستحسن عادة الخضوع للمراقبة لمدة ثلاثة أشهر لمعرفة إذا كان الجسم يحارب الفيروس. وإذا كان الجسم لايفعل ذلك، من الممكن التوصية بدورة علاج لمدة ستة أشهر بالإنترفيرون ممتد المفعول (pegylated interferon) وينجح هذا عادة بنسبة ٩٥٪ في علاج العدوى.

يتضمن علاج الإلتهاب الكبدي المزمن عادة إستخدام مزيج من نوعين من الأدوية وهما: (١) الإنترفيرون ممتد المفعول (pegylated interferon) ويعطى في شكل حقن وهو عبارة عن نسخة تركيبية من بروتين ينتجه الجسم بشكل طبيعي يحفز الجهاز المناعي على مهاجمة خلايا الفيروس. (٢) ريبافيرين (ribavirin) ويعطى في شكل كبسولات أو أقراص وهو عبارة عن نوع من العقاقير المضادة للفيروسات توقف إنتشار الإلتهاب الكبدي C داخل الجسم ويعرف هذا أيضاً باسم العلاج المركب (combination therapy).

ينوقف طول دورة العلاج المقترحة على النمط الجيني لفيروس الإلتهاب الكبدي C الموجود لدى المريض. إذا كان لديه النمط الجيني ١، يوصى بدورة علاج لمدة ٤٨ أسبوعاً. وبالنسبة لجميع الأنماط الجينية الأخرى، يوصى بدورة علاج لمدة ٢٤ أسبوعاً. قد يطلب عمل إجراء فحوص بعد ١٢ أسبوعاً عن طريق فحص الدم، إذا أظهر الفحص إنخفاض تأثير الأدوية في القضاء على الفيروس، قد يوصى بإيقاف العلاج حيث قد لا توجد فائدة من المزيد من العلاج.

يتم إعطاء المريض عادة حقناً أسبوعية من الإنترفيرون ممتد المفعول، ويتم تناول ريبافيرين عادة مرتين في اليوم مع الطعام.

تتوقف فعالية الجمع المركب على النمط الجيني لفيروس الإلتهاب الكبدي C، ويمثل علاج النمط الجيني ١ أكبر صعوبة وسوف يشفى فقط نصف الأشخاص الذين يتناولون العلاج المركب. تستجيب الأنماط الجينية الأخرى بشكل أفضل للعلاج، وتصل نسبة الشفاء إلى حوالي ٧٥ إلى ٨٠٪.

الأثار الجانبية للعلاج المركب شائعة وقد تكون شديدة. وسوف يتعرض ثلاثة من أصل أربعة أشخاص يخضعون للعلاج لواحد أو أكثر من الأثار الجانبية التالية: إنخفاض في عدد خلايا الدم الحمراء (فقر الدم anaemia)، والذي قد يسبب الشعور بالتعب وصعوبة في التنفس، فقدان الشهية، الإكتئاب، القلق، حدة الطبع، مشاكل النوم (الأرق somniain)، صعوبات في التركيز وتذكر الأشياء، فقدان الشعر، الحكّة، الشعور بالغثيان، الدوار وأعراض تشبه أعراض الإنفلونزا (مثل إرتفاع درجة الحرارة التي تحدث خلال ٤٨ ساعة بعد الحقن بالإنترفيرون).

قد تتحسن الأثار الجانبية مع الوقت عندما يعتاد الجسم على الأدوية. يجب إخبار فريق الرعاية الخاص بأي أثار جانبية مزعجة حيث قد تحتاج الجرعة إلى تعديل. وقد يكون التعامل مع الأثار الجانبية صعباً، ولكن يوصى بمواصلة تناول الدواء وفقاً للتعليمات. سوف يؤدي عدم تناول الجرعات لمحاولة تقليل الأثار الجانبية من فرص الشفاء.

ريبافيرين يضر بالجنين إذا تناولته امرأة حامل. وإذا كانت المرأة في سن الإنجاب، فسوف تحتاج لإجراء إختبار حمل للتأكد من أنها ليست حاملاً قبل بدء العلاج. وإذا عرفت أنها حامل، فسوف تحتاج إلى تأخير العلاج حتى الولادة. إذا كانت غير حامل، فسوف تظل بحاجة إلى إستخدام طريقة موثوق بها لمنع الحمل.

في عام ٢٠١١، تم إطلاق دوائين جديدين يطلق عليهما بوسيبيريفير (boceprevir) وتيلابريفير (telaprevir). ويعرف كلا الدوائين بأنهما مثبطان للإنزيم البروتيني (تمنع مثبطات الإنزيم البروتيني أثار الإنزيمات التي تحتاج الخلايا الفيروسيّة لإعادة إنتاجها).

ذكر بعض الخبراء أن هذين الدوائين الجديدين قد يكونا فعالين مع بعض الأشخاص الذين لا يستجيبون للعلاج المركب التقليدي، فينصح هؤلاء بالخضوع لدورة علاج لمدة ٤٨ أسبوعاً بإستخدام بوسيبيريفير أو تيلابريفير، في شكل أقراص ثلاث مرات في اليوم.

صمم هذان الدواءان للاستخدام مع الإنترفيرون ممتد المفعول ورببافيرين وليس كعلاج وحيد. ولايزال من غير الواضح ما إذا كان بوسيبيريفير أو تيلابريفير أكثر فعالية.

تتضمن الآثار الجانبية لبوسيبيريفير مايلي: أعراض تشبه الأنفلونزا مثل إرتفاع درجة الحرارة وقشعريرة، فقدان الشهية، الشعور بالغثيان، الأرق، فقدان الوزن وضيق في التنفس. وتتضمن الآثار الجانبية لتيلابريفير مايلي: فقر الدم، الشعور بالغثيان، المرض، الإسهال، البواسير وطفح نتيجة حكة في الجلد.

### مضاعفات الإلتهاب الكبدي C:

في حالة عدم علاج الإلتهاب الكبدي C المزمن، فإنه قد يتسبب في بعض الأحيان في تندب الكبد (تليف الكبد). وتتضمن أعراض تليف الكبد مايلي: التعب والضعف، فقدان الشهية، فقدان الوزن، الشعور بالغثيان، الحكة الشديدة في الجلد، الإيلام (tenderness) أو الألم حول الكبد، خطوط حمراء صغيرة (شعيرات دموية) على الجلد فوق مستوى الخصر واليرقان.

لايوجد علاج لتليف الكبد غير زرع الكبد. ومع ذلك، من الممكن أن يساعد العلاج في تخفيف بعض أعراض تليف الكبد ومنع هذه الحالة من التفاقم.

في الحالات الشديدة لتليف الكبد، يفقد الكبد معظم أو كل وظائفه. ويقوم الكبد بمجموعة عريضة من الوظائف، مثل تصفية السموم من الدم وإنتاج عدد من الهرمونات الهامة. يعرف هذا باسم فشل الكبد أو المرحلة النهائية لمرض الكبد. ويحدث فشل الكبد في حوالي واحد من كل خمسة أشخاص يعانون من تليف الكبد المصاحب للإلتهاب الكبدي.

تتضمن أعراض فشل الكبد مايلي: فقدان الشعر، تراكم السوائل في الساقين والكاحلين والقدمين (الوذمة ascites)، البول الداكن، البراز الأسود القطراني أو البراز الشاحب جداً، نزيف الأنف المتكرر ونزيف اللثة، الميل إلى ظهور الكدمات بسهولة والتقيؤ الدموي.

بمجرد حدوث فشل الكبد، من الممكن عادة الحفاظ على الحياة لعدة سنوات باستخدام الدواء. ومع ذلك يعتبر زرع الكبد حالياً الطريقة الوحيدة لعلاج فشل الكبد.

تشير التقديرات إلى إصابة حوالي ١ من كل ٢٠ شخصاً يعانون من تليف الكبد المصاحب للإلتهاب الكبدي بسرطان الكبد. وتتضمن أعراض سرطان الكبد مايلي: فقدان الوزن غير المبرر، الشعور بالغثيان، القيء، الإعياء واليرقان. ليس من الممكن عادة علاج سرطان الكبد، خاصة لدى الأشخاص المصابين بتليف الكبد، على الرغم من إمكانية استخدام العلاج الكيميائي للحد من إنتشار السرطان.

هنالك مضاعفات نادرة أخرى للإلتهاب الكبدي C المزمن وهي: جفاف الفم والعينين (الناجم عن تدمير غدد العرق واللعاب والدموع)، بقع نتيجة حكة الجلد (الحزاز المسطح lichen planus)، تورم داخل الكلى (إلتهاب كبيبات الكلى glomerulonephritis)، الحساسية للضوء مما يؤدي إلى ظهور بثور وتقرحات على الجلد، قصور الغدة الدرقية، قصور نشاط الغدة الدرقية، وجود الغلوبولينات البردية في الدم (cryoglobulinemia) (اضطراب قد تتسبب من خلاله البروتينات الشاذة في تلف الجلد والجهاز العصبي والكلى)، الأورام اللمفاوية الاهدجينية (نوع من السرطان يصيب الجاز اللمفاوي في الجسم)، مقاومة الأنسولين ومرض السكر بالإضافة إلى مرض المرارة.

يجب على مريض الإلتهاب الكبدي C الحد من خطر نقل المرض إلى الآخرين من خلال (١) حفظ المتعلقات الشخصية، مثل فرشاة الأسنان أو شفرات الحلاقة، لإستخدامه الخاص فقط. (٢) تنظيف وتغطية أي جروح أو خدوش بضماد مقاوم للماء. (٣) تنظيف أي دم من الأسطح بإستخدام مبيض منزلي. (٤) عدم التبرع بالدم.

#### العيش مع الإلتهاب الكبدي C:

لن تحتاج عادة لتغيير ماتأكله، طالما أنك تتناول طعاماً صحياً ومتنوعاً. على الرغم من ذلك، في حالة تعرض الكبد للتلف بشكل سيئ، قد يقترح الحد من تناول الملح والبروتين لتجنب وضع الكثير من الضغط على الكبد. ويستطيع اختصاصي التغذية تقديم النصح حول مايمكن تناوله وما لايمكن.

السيطرة على الوزن عن طرق إتباع نظام صحي وممارسة الرياضة بشكل منتظم (اجعل هدفك ١٥٠ دقيقة في الأسبوع). تشير بعض الدراسات إلى أن زيادة الوزن تزيد من خطر الترسبات الدهنية في الكبد، والتي يمكن أن تضيف المزيد من السوء إلى حالة الشخص الذي يعاني من الإلتهاب الكبدي C. ومن الممكن أيضاً أن يساعد الحفاظ على وزن صحي في تحقيق إستجابة أفضل للعلاج.

إذا كان الشخص الذي يعاني من الإلتهاب الكبدي C يخطط للسفر إلى الخارج، يجب عليه طلب المشورة من طبيبه حول التطعيم. وينصح الحصول على تطعيمات الإلتهاب الكبدي (A) والإلتهاب الكبدي (B) كإجراء روتيني، بغض النظر عما إذا كان مسافراً. من الجيد أيضاً أن يأخذ أي وثائق، مثل تفاصيل فحوص الدم أو السجلات الطبية، في حالة إحتياجه إلى علاج طبي في الخارج.

#### المرجع:

مقتبس من الموقع البريطاني لخدمة الصحة الوطنية

National Health Service. (2013). Hepatitis C. <http://www.nhs.uk/Conditions/Hepatitis-C/Pages/Introduction.aspx>.

Accessed 26/07/2013.