

زه د هيباتايټس بي په اړه څه باندې پوهيدو ته اړتيا لرم: ټيسټ او واکسين کول؟

مهم ټکي

- هيباتايټس بي د ځيگر ناروغي ده چې د يوه ويروس له امله پېښېږي.
- د هيباتايټس بي علامو کې ستريا، اسهال يا نس ناستی، گرځون او نورې علامې شامل دي.
- د خوندي جنسي اړيکې او د شخصي محصولاتو او توکو شريک نه کارولو په واسطه د هيباتايټس بي مخنيوی وکړئ.
- که تاسې هيباتايټس بي لرئ، هرو 6-12 مياشتو کې خپل ډاکټر ته ورځئ.

1. هيباتايټس بي څه شی دی؟

هيباتايټس بي د ځيگر ناروغي ده، چې د هيباتايټس بي ويروس، چې يو میکروب دی، له امله پيدا کېږي. دا په بدن کې د اورېدې مودې لپاره پاتې کيدی شي او د ناوړه روغتيايي ستونزو لامل کېږي لکه د ځيگر له کاره غورځول او سرطان، چې د مړينې لامل کيدی شي.

2. تاسې څنگه په هيباتايټس بي اخته کيدی شي؟

تاسې هغه وخت په هيباتايټس بي اخته کيدی شي کله چې د ناروغ نفر وينه يا د بدن مايعات ستاسې بدن ته داخل شي، پشمول د غبرخوندي جنسي اړيکې او د ستنو/ريزر شريک کارولو له لارې.

تنکي ماشومان د زيرون پرمهال پرې اخته کيدی شي که چيرې مور يې دا میکروب ولري.

3. د هيباتايټس بي علاې کومې دي؟

په هيباتايټس بي ناروغ ډيری خلک ممکن د ډيرو کلونو لپاره د ناروغۍ احساس ونکړي يا کومې علامې ونښئ. مگر په علامو کې يې دا شامل دي:

- ستريا
- نس ناستی
- گرځون کول، زيری (زير پوتکی يا زيرې سترگې)
- په عضلاتو، جوړونو او نس کې درد.

حتی که تاسې علاې هم ونلرئ، هيباتايټس بي عفونيت بيا هم د ناوړه روغتيايي ستونزو لامل کيدی شي. پدې د پوهيدو لپاره چې کوم څوک دا ناروغي لري که نه د وينې معايې ته اړتيا ده.

د مهاجرت نړيوال سازمان (IOM) کې په متحده آیالاتو کې ميشت مهاجرينو لپاره د هيباتايټس بي ټيسټ او واکسين

- ممکن مخکې لدې چې تاسې د مهاجر په حيث متحده آیالاتو ته راشئ IOM يوځل ستاسې وينه معايې کړې وي.
- په متحده آیالاتو کې ستاسې ډاکټر ستاسې پاملرنې لپاره دغه مهم روغتيايي معلومات کاروي.
- که تاسې هيباتايټس بي نه درلود، نو IOM به تاسې ته تر 3 واکسين/ستنې د دې ناروغي مخنيوي لپاره کړې وي.
- په متحده آیالاتو کې ستاسې ډاکټر به ډاډ ترلاسه کوي چې تاسې د دې ناروغۍ مخنيوي لپاره اړين ټول واکسين (ستنې) وکړئ.

که تاسې هيباتايټس بي لرئ، ستاسې ډاکټر به:

- تاسې ته د هيباتايټس بي په اړه ښوونه وکړي، او نور طبي معاینات به درته سپارښتنه کړي چې روغ او سالم اوسئ.
- سپارښتنه به وکړي چې ستاسې د کورنۍ ټول غړي او/يا جنسي اړيکو شريکان هم د هيباتايټس بي معايې وکړي، او که د هغوی معايې منفي وي، د هيباتايټس بي واکسين/ستنې وکړي.

- لارښوونه وکړي چې د هیپاتایټس بی لرونکي بلارب میرمنو ماشومان د زیرون په ورځ د هیپاتایټس بی پروړاندې واکسین شي.
- تاسې ته ووايي یا د دې ترتیب وکړي چې تاسې د خپل هیپاتایټس بی په اړه په خپل ټول پاتې ژوند کې هر 6 میاشتې ډاکټر ته ورشئ - حتی که تاسې نورمال احساس هم کوئ.

که زه هیپاتایټس بی لرم نو نور څه زه وکړم؟

عموماً هر 6-12 میاشتو کې د هیپاتایټس بی میکروب د پاملرنې لپاره خپل ډاکټر ته ورشئ.

- د نورو سره خپل د غاښونو برس، ریزر، د نوکانو نوسی یا کلیپر، انبور یا ستنې/سرینج مه شریکوئ.
- تل کانډوم وکاروئ.
- الکول مه څښئ.
- که ستاسې کوم ځای ټپي یا پرې شوی وي، هرڅوک چې درته وړاندې کيږي باید لاس پیلې واغوندي.

د هیپاتایټس بی لپاره معاینه کیدل او واکسین کیدل ستاسې لپاره او ستاسې د خپلو خپلوانو لپاره مهم دي.

هرڅومره ډیر چې تاسې د هیپاتایټس بی په اړه وپوهیږئ هغومره ښه.