ሄፓቲት ቢ ኣብ መንእሰያት: ሓበሬታ ንሕሙማት(2017-02-03)

ሓበሬታ ንሕሙማትን መምርሕታት ኣከያይዳን። ብሮሹር ሓካይም ለበደ።

እዚ ሓበሬታ ንምንታይ መጺኡካ፧

ኣብ ቅምሶ ደም ዝተገብረ ምርመራ: ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ኣግሂዱ'ሎ። እዛ ብሮሹር ብዛዕባ ሄፓቲት ቢን: ከም ተሰካሚ ሄፓቲት ቢ መጠን ክትሓስበሉ ዚግባእካ ብዝምልከት ሓበሬታ ዝሓዘት'ያ።

ሄፓቲት ቢ እንታይ'ዩ፧

ሄፓቲት ቢ: ኣብ ጸላም ከብዲ: ኣብ ደምን ኣብ ሓደ-ሓደ ፈሳሲ ኣካልን (ንኣብነት ስፐርም) ዚርከብ ቫይረስ'ዩ። ሄፓትቲት ቢ ሃልዩካ ከይፈለጥካ ነዊሕ እዋን ኪሓልፍ ይኽእል'ዩ። ዋላ'ኳ ምልክታት ሕማም እንተ ዘይብልካ: ሄፓቲት ቢ ኣዝዩ ተላባዒ'ዩ።እቲ ረኽሲ ኣብ ኣካልካ ነዊሕ ድሕሪ ምጽንሑ ኣብ ጸላም ከብድኻ ጸገም ኬምጽእ ይኽእል።

ሄፓቲት ቢ ብኸመይ ይለግበካ፧

ብዙሓት ሰባት ሄፓቲት ቢ ኣሎዎም። ውድብ ጥዕና ዓለም/ኣብ 2016 ዝሃቦ ጸብጻብ: ኣብ ዓለም ኣስታት 240 ሚልዮን ሰባት ዝኾኑ ሄፓቲት ቢ ኣሎዎም። እቶም ዚበዝሑ: ኪውለዱ ከለዉ'ዩ ካብ ኣዲኦም ለጊብዎም።

ሄፓቲት ቢ ብዘይ ኮንዶም ወሲብ ክትገብር ከለኻ'ውን ይላባዕ። ኵሉ ዓይነት ወሲብ: ማለት ብዘይ ኮንዶም ዚፍጸም መሃንቱሳዊ: ርሕማዊ ወይ ኣፍኣዊ ወሲብ: ሄፓቲት ቢ ቫይረስ ኬላግብ ይኽእል'ዩ።

ሄፓቲት ቢ ብደም'ውም ኪላባዕ ይኽእል'ዩ እንተደኣ ሄፓቲት ቢ ዘሎዎ ደም: ኣብ ደምካ: ኣብ ዓልገታዊ መምብራና (slemhinna) ንኣብነት: ኣብ ዓይኒ: ኣብ ኣፍንጫ: ኣብ ኣፍ ወይ ኣብ ክፉት ቀኣሊ እንተ ኣትዩካ። እቲ ደም ኣብ ዘይቈሰለ ቈርበት እንተ ለጊቡ ኣይላባዕን'ዩ።

ሄፓቲት ቢ: ምስ ፈተውትኻ ኣብ ዚግበሩ ማሕበራውያን ርክባት: ንኣብነት ብምትሕቝቛፍ: ብምስዕዓም: ወይ ብርጭቆ/ሽሓኒ/መብልዒ ማንካን ፎርኬታን ብሓባር ምጥቃም ፈጺሙ ኣየልግብን'ዩ። ሓደ ሽንቲ ቤት ብሓባር ብምጥቃም'ውን ኣይለግብን።

ንኻልኦት ከየላግብ ክሓስበሉ ዘድልየኒ ነገር እንታይ ኣሎ፧

ነዞም ዚስዕቡ ሓኪምካ ዚህበካ **ናይ ኣገባብ መምርሕታት** ግድን ክትክተል ኣለካ:-

- ሓኪምካ ኪጽውዓካ ከሎ ግድን ክትበጽሕ ክትመጽእ ኣለካ።
- ምስ ሰብ ወሲብ ክትገብር ከለኻ ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ግድን ክትሕብር ኣለካ።
- ምስ መጻምድትኻ ወሲብ ክትገብር ከለኻ: ግድን ኮንዶም ተጠቐም: እንተደኣ መጻምድትኻ ኢምዩኒቲ ዘይብሉ፤ ማለት መጻምድትኻ ሄፓቲት ቢ ዝነበሮ ወይ ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ክታበት ዝወሰደ እንተ ኾይኑ።
- ሕክምና ኣካል ወይ ስኒ ኣብ እትገብረሉ ወቕቲ: ደምካ ዚላገብ ቫይረስ ከም ዘሎዎ ግድን ሓብር።
- ክትውቀጥ: ክትስቈር እንተኾይንካ ወይ ምድማይ ዘስዕብ ካልእ ነገር ትገብር እንተኾይንካ'ውን: ብደም ዚላባዕ ቫይረስ ከም ዘሎካ ሓብር።
- መላጸዪ: መፋሕፍሒ ስኒ ምስ ካልእ ሰብ ብሓባር ኣይትጠቐም።
- ገለ ሰብ ደምካ እንተ ነጢርዎ: ንኣብነት ደምካ ኣብ ክፉት ቀኣሊ እንተ ኣትዩ: እቲ ሰብ ብቕልጡፍ ናብ ሕክምና ከይዱ ናጻ ክታበት ሄፓቲት ቢ ኪግበረሉ ምእንቲ: ደምካ ተላባዒ ቫይረስ ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎዎ ግድን ክትሕብር ኣለካ።
- ስሪንጋ ወይ መራፍእ ትጥቀም እንተ ኾይንካ: ምስ ካልኦት ብሓባር ክትጥቀም የብልካን። መሓወሲ ኩባያ ወይ ካልእ ኣቕሓ ብሓባር ክትጥቀም የብልካን።
- ደም: ዘርኢ(ስፐርም): እንቋቝሖ ወይ ክፍሊ ኣካል ንፍልሰት (transplantation) ክትልግስ ኣይፍቀደካን'ዩ።
- ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ክታበት ዘድልዮ መጻምድቲ ወሲብ ወይ ኣባል ስድራ እንተሎካ ንሓኪምካ ሓብር።

ንኻልኦት ከይተልግብ: ክትስዕቦም ዘድልዩ ሓደ-ሓደ **ምኽርታት ጽሬት**'ውን ኣለዉ:-

- ንእሽቶ ቍስሊ እንተለካ'ውን መሸፈኒ (ቺሮቶ) ግበረሉ።
- ጨርቂ ቍስሊ ኣብ ምቕያር ሰብ እንተሓጊዙካ: እቲ ሰብ ጓንቲ ፕላስቲክ ኪጥቀም ኣሎዎ።
- ቅድሚ ብደም ዝተጸየቐ ማተርያል (ጨርቂ ወረቐት) ምድርባይ ካብ ጥንቃቐ ጠቕልሎ።
- ደም ዝተጸየቐ ክዳን ካብ ሓጻቢት ማኪና ኪሕጸብ ይኽእል'ዩ።
- ንቕጣ ደም: ንኣብነት ኣብ ምድሪ-ቤት ዝነጠበ: ብዚድርበ ወረቐት ተወልዊሉ ይጕሓፍ።ብድሕር'ዚ ብማይን ሳምናን ብጥንቃቐ ተሓጸብ።

ምስ መጻምድተይ ቅድሚ ወሲብ ምግባረይ እንታይ ክሓስበሉ ዘድልየኒ ነገር ኣሎ፧
ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ንመጻምድትኻ ግድን ክትሕብር ኣለካ። መጻምድትኻ ብይንቲ እንተ ዘይኮይና (ኢምዩኒቲ እንተዘይብላ: ማለት ቅድሚ ሽዑ ሄፓቲት ቢ ዝሓዛ እንተኾይና ወይ ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ዝተኸትበት እንተኾይና) ግድን ኮንዶም ክትጥቀም ኣለካ።

እቲ ካብ ኵሉ ዝሓሸ ኣማራጺ: ቅድሚ ስጋዊ ርክብ ምግባርኩም: መጻምድትኻ ናጻ ክታበት ሄፓቲት ቢ ኪግበረላ ምእንቲ: ንመጻምድትኻ ምሳኻ ሒዝካያ ናብ ሓኪም/ክሊኒክ ምኻድ'ዩ።

ንሰብ ንሓደጋ ለበደ እንተ ኣቃሊዕካ: ንኣብነት ምስ ሓንቲ ዘይተኸትበት ግብረ-ስጋ ብዘይ ኮንዶም እንተ ፈጺምካ'ውን: እታ ሰብ ብድሕሪ'ዚ ፍጻመ: ናይ ምልባዕ ሓደጋ ንምንካይ: ብናጻ ክታበት ሄፓቲት ቢ ኪግበረላ ይኽእል'ዩ። እቲ ክታበት ዝበለጸ ውጽኢት ኪህልዎ: ኣብ ውሽጢ ክልተ መዓልቲ ኪወሃብ ኣለዎ።

ናብ ሓኪመይ ክንደይ ሳዕ ኣዘውቲረ ንምርመራ እኸይድ፧
ክንደይ ሳዕ ኣዘውቲርካ ናብ ሓኪም ምብጻሕ ከም ትገብር ዚውስን ሓኪምካ'ዩ። ዚበዝሕ እዋን: ሓንሳእ ኣብ ዓመት ምብጻሕ ይግበር። ስሕት ኢልካ ግን ጽዕቕ ዝበለ ምብጻሕ ይግበር'ዩ።

ሄፓቲት ቢ ኪህልወካ ሓደገኛ ድዩ፧
ዚበዝሑ ሄፓቲት ቢ ዘሎዎም: ጸገማት ጸላም ከብዲ ኣይለዓሎምን'ዩ። ሓደሓደ ሰባት ግን: ድሕሪ ናይ ነዊሕ ዓመታት ረኽሲ ጸገማት ጸላም ከብዲ የጋጥሞም'ዩ። እቶም ጸገም ዚመጾም: እንተ ገደደ: ሲሮሲስ (ምምንማን ጸላም ከብዲ) ወይ መንሽሮ ይለዓሎም።

ብስሩዕ ምብጻሕ ሓኪም ክትገብር ከለኻ: ሓኪም ጸላም ከብድኻ ከመይ ከም ዘላ ይቈጻጸር፤ ሕክምና ዘድልየካ እንተ ኾይኑ ከኣ ሕክምና ከም ትረክብ ይገብር።

ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ሕክምና ኣሎ'ዶ፧
ዘድሊ እንተ ኾይኑ: ሕክምና ይግበረልካ፤ ግን መንእሰያት ዚበዝሕ እዋን ሕክምና ኣየድልዮምን'ዩ። እዋኑ እንተኾይኑ ሓኪምካ ኪሕብረካ'ዩ።

ሕክምና ነቲ ረኽሲ ኬሕውዮ/ኬጥፍኦ ኣይክእልን'ዩ፤ ነቲ ኣብ ጸላም ከብዲ ጸገም ኪለዓል ዘሎ ሓደጋ ግን ይንክዮ።

ወላዲ ክኸውን እኽእል'ዶ፧
እወ! ቅድሚ ቈልዓ ምውላድ ምፍታንኩም: መጻምድትኻ ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ኢምዩኒቲ ኪህልዋ (ንኣብነት ድሕሪ ክታበት)ኣገዳሲ'ዩ።

ጥንስቲ እንተ ኾይንኪ: ሄፓቲት ቢ ናብ ዕሸልኪ ከይላባዕ ንምክልኻል ዚግበር ኣገባብ ኣሎ። ስሕት ኢሉ: ኣብ መወዳእታ ወቕቲ ጥንስኺ ሕክምና ሄፓቲት ቢ ይግበረልኪ። እቲ ዕሸል ሄፓቲት ቢ ከይለግቦ መከላኸሊ ይግበረሉ:- ፈለማ ውልድ ምስ በለ ክታበት ይወስድ፤ ብድሕሪኡ'ውን ኣብታ ፋልመይቲ ዓመቱ: ኣብ ዝተፈላለዩ ኣጋጣምታት: ተወሰኽቲ ዕቅናት ክታበት ይወስድ። በዚ ኣገባብ'ዚ ከኣ: እቲ ዕሸል ሕማም ኪለግቦ ዘሎ ሓደጋ ኣዝዩ ትሑት'ዩ።

ዝኾነ ስራሕ ወይ ዝኾነ ንጥፈት ትርፊ-ግዜ ኪህልወኒ ይኽእል'ዶ፧
ተሰካሚ ሄፓቲት ቢ ኮይንካ ዝኾነ ስራሕ ኪህልወካ ይኽእል'ዩ። እቲ ንስኻ ኣብ ስራሕ እትገብሮ: ብበሊሕ ነገር ናይ ምውጋእ ሓደጋ ኣምጺኡ: ደምካ ናብ ካልእ ሰብ ኪነጥር ሓደጋ እንተሎ - ነዚ ጉዳይ ኣልዒልካ ምስ ሓኪምካ ተዛረብ።

ብሓደ ፍሉይ ትምህርቲ ሙያ ኪህልወካ ዚኽእልን ዘይክእልን ርግጸኛ እንተ ዘይኮይንካ'ውን ከምኡ ምስ ሓኪም ተዛረብ። ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ንዘስርሓካ ምሕባር ኣየድልየካን'ዩ።

ኣብ ስሕት ኢሉ ከድምየካ ዚኽእል ዓይነት ስፖርት ክትሳተፍ እንተ ደሊኻ - ምስ ሓኪምካ ተዛረብ። ኣብቲ ስፖርት ክትሳተፍ ደሓን ምዃኑን ዘይምዃን ሓኪምካ ኪውስን ይኽእል'ዩ።

ሄፓቲት ቢ ኣብ ሕጊ ምክልኻል ለበደ ተጠቒሱ'ሎ። እዚ እንታይ ማለት'ዩ፧
ሕጊ ምክልኻል ለበደ (Smittskyddslagen) ሓደሓደ ሕማማት ረኺሲ: ንኣብነት ከም ሄፓቲት ቢ ናብ ካልኦት ሰባት ከይላብዑ: ነቲ ሓደጋ ንምንካይ ዝተሓገገ'ዩ።

ሄፓቲት ቢ ዘሎካ: ናጻ ክንክንን ሕክምና ሄፓቲት ቢ ኪግበረልካን መሰልካ'ዩ።
ሓኪምካ ዚህበካ ናይ ኣገባብ መምርሕታት ግድን ክትክተል ኣለካ፤ ነጥቢ ቊ. 4 ተመልከት። ምንጪ ለበደ ኣብ ምርካብ'ውን ግድን ክትተሓባበር ኣለካ፤ ነጥቢ ቊ. 12 ተመልከት።

ቅኑዕ ኣይኮነን ኢልካ ትኣምነሉ ናይ ኣገባብ መምርሒ እንተ ተቐቢልካ: ኣብ ዘለኻዮ ዞባ/ላንድስቲን ምስ ዘሎ ሓኪም ምክልኻል ለበደ ርክብ ክትገብር ትኽእል ኢኻ።

ምንጪ ለበደ ምርካብ - እንታይ ማለት'ዩ፧
ሄፓቲት ቢ ዘሎዎም ካልኦት ሰባት ምርካብ ኣዝዩ ኣገዳሲ'ዩ። ምኽንያቱ: ኣብ ኲነታት ጸላም ከብዶም ቊጽጽር ምግባር ስለ ዘድልን እቲ ሕማም ረኺሲ ከኣ ናብ ካልኦት ሰባት ንኸይመሓላለፍ። ስለዚ: ሄፓቲት ቢ እንተሎካ: ግድን ምርመራ ሄፓቲት ቢ ኪገብሩ ምእንቲ: ምስየኖት ሰባት ወሲብ ወይ ግብረ-ስጋ ከም ዝፈጸምካ ወይ ብኻልእ ኣገባብ (ስሪንጋን መራፍእን ብሓባር ብምጥቃም) ንሓደጋ ከም ዘቃላዕካ ንሓኪምካ ኣፍልጥ ኢኻ። እቲ እትህቦ ሓበሬታ ብምስጢር'ዩ (ሰክረተስ) ዚተሓዝ። እቶም ሓበሬታ እትህበሎም ሰባት ከኣ መን ምዃንካ ኣይኪፈልጡን'ዮም።

ስድራኻን ኣሕዋትካን ኣብ ሽወደን እንተለዉ: ሓኪምካ ምርመራ ሄፓቲት ቢ ከም ዚገብሩ ኪገብር'ዩ።

ተወሳኺ ሓበሬታ'ዶ ትደሊ፧
ንሄፓቲት ቢ ዚምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብዞም ዚስዕቡ ኣድራሻታት ይርከብ:-
www.1177.se
www.umo.se
www.folkhalsomyndigheten.se
www.cdc.gov
www.who.int