ہیپاٹائٹس بی:
ہر فرد کو کیا معلوم ہونا چاہیے

Washington State Department of Health

ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی جگر کا ایک سنگین انفیکشن ہے جو ہیپاٹائٹس بی وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ چند ہفتوں تک رہنے والی معمولی بیماری، یا زندگی بھر کی سنگین بیماری ہو سکتی ہے۔

دائمی ہیپاٹائٹس بی کا شکار ہونے والے 4 افراد میں سے 1 b شخص کو جگر کے سنگین مسائل، حتیٰ کہ کینسر ہو گا، ابتدائی تشخیص کے ساتھ علاج اور نگرانی بھی دستیاب ہے۔

ہیپاٹائٹس بی کیسے پھیلتا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی وائرس متاثرہ خون یا بعض جسمانی رطوبتوں سے ربط کے ذریعے ایک شخص سے دوسرے شخص میں پھیلتا ہے۔ یہ اس طرح منتقل ہو سکتا ہے:

- پیدائش کے دوران حاملہ سے بچے کو
- ہیپاٹائٹس بی کا شکار شخص کے خون کے ساتھ ربط سے
- ہیپاٹائٹس بی کا شکار شخص کے ساتھ ذاتی دیکھ بھال کے لیے استعمال کی جانے والی اشیاء جیسے ٹوتھ برش، ریزر، نیل کلپرز، یا طبی آلات (جیسے گلوکوز مانیٹر) کا اشتراک کرنے سے
- جنسی تعلق سے
- سوئیاں، سرنجز، یا ادویات کی تیاری کے سامان کے اشتراک سے

ہیپاٹائٹس بی اس طرح نہیں پھیلتا ہے:

- کھانا یا کھانے کے برتنوں کے اشتراک سے
- ملنا جلنا جیسے گلے لگانے، چومنے، یا ہاتھ پکڑنے سے
- پانی یا ہوا سے

مزید معلومات کے لیے:

Centers for Disease Control and Prevention
(CDC، بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کے مراکز)
www.cdc.gov/hepatitis/hbv/

Hep B Hub
doh.wa.gov/hepbhub

DOH 420-405 May 2022 Urdu

کسی اور شکل میں اس دستاویز کی درخواست کرنے کے لیے، 1-800-525-0127 پر کال کریں۔ سماعت سے محروم یا اونچا سننے والے صارفین، براہِ کرم 711 (Washington Relay) پر کال کریں یا civil.rights@doh.wa.gov پر ای میل کریں۔

ماخذ: Minnesota Department of Health, Hepatitis B

کسے ٹیسٹ کروانا چاہیے؟

آپ کو ہیپاٹائٹس بی ہے یا نہیں یہ جاننے کا واحد طریقہ ٹیسٹ کروانا ہے۔

- تمام حاملہ کو ہیپاٹائٹس بی کے لیے معمولاً ٹیسٹ کروانا چاہیے۔ اگر حاملہ کو ہیپاٹائٹس بی ہے تو بروقت ویکسینیشن بچے میں وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے میں مدد کر سکتی ہے۔
- وہ لوگ جو کسی ایسے شخص کے ساتھ رہتے ہیں جسے ہیپاٹائٹس بی ہے۔
- ہیپاٹائٹس بی کے زیادہ خطرے میں مبتلا افراد میں، درج ذیل شامل ہیں:
  - ایسے علاقوں میں پیدا ہونے والے افراد جہاں ہیپاٹائٹس بی زیادہ عام ہے یا جن کے والدین ان علاقوں، جیسا کہ افریقہ یا ایشیا میں پیدا ہوئے تھے
  - وہ لوگ جو منشیات کے انجکشن لگاتے ہیں
  - وہ مرد جو مردوں کے ساتھ جنسی تعلقات رکھتے ہیں

کسے ویکسین کروانی چاہیے؟

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)، بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کے مراکز) زیادہ تر لوگوں کے لیے ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین تجویز کرتے ہیں، بشمول:

- تمام شیر خوار بچے
- خطرے کے عنصر سے قطع نظر، 59 سال تک کی عمر کے تمام غیر ویکسین شدہ بچے اور بالغ
- خطرے کے عناصر والے 60 سال اور اس سے زائد عمر کے بالغ افراد:
  - جنسی افشا سے انفیکشن ہونے کے خطرے کے حامل افراد
  - جلد یا لعابی جھلی کا خون کے افشا سے انفیکشن ہونے کے خطرے کے حامل افراد
  - ہیپاٹائٹس بی انفیکشن کی معتدل یا زیادہ شرح والے علاقوں کے مسافر
  - جگر کے دائمی مرض کے شکار افراد
  - HIV انفیکشن کے شکار افراد
  - قید میں یا بند رہنے والے افراد
  - دیگر تمام افراد جو ہیپاٹائٹس بی سے تحفظ کے خواہاں ہیں

ایک اندازے کے مطابق دنیا بھر میں 296 ملین لوگ ہیپاٹائٹس بی کے ساتھ زندگی بسر کر رہے ہیں، لیکن بہت سے لوگ یہ نہیں جانتے کہ وہ متاثرہ ہیں کیونکہ وہ بیمار محسوس کرتے یا نظر نہیں آتے ہیں۔

کیا ویکسین محفوظ ہیں؟

ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین محفوظ اور مؤثر ہے۔ یہ 1982 سے امریکہ میں استعمال ہو رہی ہے۔

دنیا بھر میں ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین کی ایک ارب سے زائد خوراکیں دی جا چکی ہیں۔

ویکسین کے عام ترین ردعمل میں ہلکے سے معتدل بخار اور ویکسین لگنے والی جگہ پر جلن محسوس کرنا شامل ہے۔ یہ ضمنی اثرات 1–2 دن تک رہ سکتے ہیں۔

مجھے کہاں سے ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین حاصل کر سکتا ہوں؟

ویکسین لگوانے کے بارے میں اپنے فارمیسی، نگہداشتِ صحت کے فراہم کنندہ، یا مقامی محکمہ صحت سے بات کریں۔ کچھ کلینک مفت یا کم قیمت میں ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین فراہم کرتے ہیں۔

59 سال تک کی عمر کے تمام افراد اور 60 سال سے زائد عمر کے خطرے کے عوامل والے افراد کی ویکسین کا صحت کی انشورنس کے تحت احاطہ کیا جا سکتا ہے۔

اگر آپ بچہ پیدا کرتی ہیں، تو آپ کے بچے کو ہسپتال میں آپ کے جانے سے پہلے ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین لگائی جاسکتی ہے۔ نوزائیدہ کے لیے ویکسین مفت فراہم کی جاتی ہے۔