NHS
Central and North West London
NHS Foundation Trust

د B هیپتایت یا ژیړی مزمن ویروس (HBV)

د ناروغانو لپاره معلومات

دا بروشور د B هپټایټ یا ژیړی مزمن ویروس (HBV) تشریح کوي له هغې ډلې څه ډول کیدای شي تاسو پرې اخته شئ، اصلي نښې نښانې یې کومې دي او څه ډول یې درملنه کیدای شي. که چېرې تاسو کومه پوښتنه یا اندیښنه لرئ، مهرباني وکړئ په آزادانه توګه له ډاکټرانو او یا هغو نرسانو سره خبرې وکړئ چې تاسو ته پاملرنه کوي.

HBV څه شی دي؟

HBV یو ویروس دی چې ستاسو ځیګر پرې مبتلا کیږي او په وینه کې موندل کیدای شي. د یو شمیر خلکو دفاعي سیستم د دې وړتیا لري چې HBV له مینځه یوسي، مګر په یو شمیر خلکو کې پاتې کیږي. که چېرې تاسو له 6 میاشتو څخه زیات په HBV باندې مبتلا وئ، هغې ته د B مزمن هیپټایټ یا ژیړی یا مزمن HBV بولو.

د B شدید ژیړی د مزمن ژیړي پر وړاندې

غالباً HBV ته خاموشه ناروغي وایي، ځکه کیدای شي تاسو له کلونو راپدیخوا پرې مبتلا و اوسئ خو هیڅ نښې نښانې ونه لرئ او د ځیګر د زخم (سیروز) سبب شي. دا په خپل نوبت کیدای شي د ځیګر د عدم کفایې او سرطان (د ځیګر کارسینوم) سبب شي.

کله چې یو شخص د لومړي ځل لپاره په HBV باندې مبتلا کیږي، هغې ته حاد یا نوی عفونت ویل کیږي. ډیری لوی عمر لرونکي چې په دې ویروس باندې مبتلا کیږي هیڅ نښه نښانه نه لري او کولای شي د هیڅ ډول ستونزې پرته د دې ویروس له شر څخه خلاص شي. یو شمیر هغه لویان چې له شپږو میاشتو وروسته د دې ویروس له شر څخه خلاص نه شي هغې ته (مزمن عفونت) ویل کیږي.

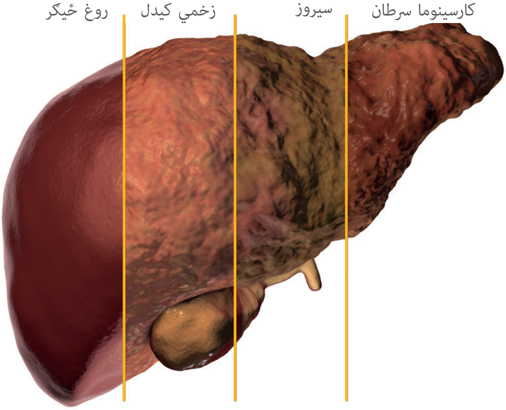
د B په مزمن ژیړي باندې د مبتلا کیدو خطر په مستقیم ډول د هغه شخص له عمر سره تړاو لري چې د لومړي ځل لپاره د B په ژیړي باندې مبتلا کیږي. یو شخص چې هر څومره د ځوانۍ په عمر کې پرې مبتلا شي، د B په مزمن ژیړي باندې د مبتلا کیدو خطر زیات دی.

- له 90 سلنو څخه زیات نوي زیږیدلي ماشومان د B په مزمن ژیړي باندې مبتلا کیږي
- تر 50 سلنو پورې له یوه څخه تر پنځه کلونو پورې عمر لرونکي ماشومان د B په مزمن ژیړي باندې مبتلا کیږي
- هغه لویان چې 19 کاله او یا له هغې څخه زیات عمر لري او په دې ویروس باندې مبتلا دي تر 95 سلنه پورې ښه کیږي او یوازې له دوی څخه 5 سلنه یې د B په مزمن ژیړي باندې مبتلا کیږي
- په نړۍ کې د 240 میلیونو په شاوخوا کې خلک د B په مزمن ژیړي باندې مبتلا دي. او د B په مزمن ژیړي باندې د مبتلا خلکو له ډلې 30 سلنه د HBV اړوند روغتیايي ستونزو سره مخ کیږي.

ستاسو ځیګر ولې مهم دی؟

ځیګر د بدن تر ټولو لوی جامد غړی دی او د سینې قفس د ښي اړخ په پورتنۍ برخه کې موقعیت لري. دا یو حیاتي غړی دی چې ډیرې اړینې دندې ترسره کوي:

- ستاسو بدن ته ټول داخلیدونکي شیان پروسس کوي
- تغذیه کوونکي مواد په انرژۍ باندې بدلوي تر څو ستاسو بدن وکولای شي له هغې څخه استفاده وکړي
- ستاسو له وینې څخه خطرناک مواد لرې کوي.



HBV څه ډول سرایت کوي

د B ژیړی د لاندې لارو په واسطه سرایت کوي:

- د هغې مور د ماشوم لپاره چې نوی زیږیدلی دی، په ځانګړې توګه په هغو هیوادونو کې چې عفونت ډېر عام دی – په بریتانیا کې د ټولو میندوارو میندو لپاره د B ژیړي د سکرینینګ ترسره کیږي. په ویروس باندې د مبتلا میندو نوي زیږیدلي ماشومان باید له ځنډ پرته له زیږیدلو وروسته واکسین شي تر څو له مبتلا کیدو څخه مخنیوی وشي.
- د نشه یي توکو تزریق کول، له یوې پیچکارۍ او د قاشوغې او فلتر په څیر د روغتیایي وسایلو څخه ګډه استفاده کول
- له کانډوم پرته له مبتلا شخص سره جنسي اړیکه درلودل
- په غیر روغتیایي چاپیریال کې له نا تعقیم شویو وسایلو سره د خالکوبۍ ترسره کول، د بدن سوري کول یا روغتیایي او د غاښونو درملنه ترسره کول
- په هغو هیوادونو کې د وینې ور کولو پر مهال د B د ژیړي معاینه نه ترسره کیږي – اوسمهال په بریټانیا کې ټولې ډالۍ شوې وینې د عفونت د معلومولو له اړخه معاینه کیږي
- له مسواک او د په وینه باندې د ککړو د خریلو له چاړو څخه ګډه استفاده کول
- د یوې کارول شوې ستنې په واسطه په تصادفي ډول د پوستکي سوري کیدل (د ستنې له امله ټپ) – دا په عمده ډول د روغتیایي پاملرنو د کار کوونکو لپاره یو خطر دی
- د B په ژیړی باندې د مبتلا شخص وینه که چیرې په پرانیستي ټپ او یا غوځ شوي ځای کې دننه شي – په ډیرو کمو مواردو کې کیدای شي د B په ژیړي باندې د مبتلا شخص لخوا د خولې لګولو له امله هم ویروس خپور شي

د B ژیړی د مچې کولو، د لاسونو او په غیږ کې نیولو، ټوخي، پرنجي او یا د ګډو لوښو څخه د استفاده کولو له لارې نه لیږدول کیږي.

څوک په B ژیړي باندې د مبتلا کیدو له لوړ خطر سره مخ دي

د B په ژیړي باندې لاندې کسان د مبتلا کیدو له لوړ خطر سره مخ دي:

- هغه خلک چې په داسې هیواد کې زیږیدلي وي چې په هغې کې دا ویروس ډیر عام وي
- د B په ژیړي باندې د مبتلا میندو څخه زیږیدلي ماشومان
- هغه خلک چې تر اوسه پورې یې نشه یي توکي تزریق کړي دي
- هغه اشخاص چې د داسې هیواد له یوه وګړي سره ناخوندي جنسي اړیکه ولري چې په هغه هیواد کې د B ژیړی عام وي، نارینه چې له نارینه وو سره جنسي اړیکه لري، ګڼ شمیر جنسي شریکان او سوداګریز جنسي کار ګران
- د کورنۍ د غړو په څیر اشخاصو او یا داسې شخص سره نږدې اړیکه در لودل چې د B حاد یا مزمن ژیړی لري

که چېرې له دې فعالیتونو څخه ډډه وشي، د هغو مسافرانو لپاره په ټوله کې د مبتلا کیدو د خطر کچه کمه ده چې داسې سیمو ته سفر کوي چې هلته د B ژیړی عام وي.

د لوړ خطر سیمې

د B ژیړی په ټوله نړۍ کې شتون لري، مګر په ځانګړې توګه په لاندې سیمو کې عام دی:

- د افریقا د صحرا سویلي برخه
- د آسیا ختیځ او سویل ختیځ
- د آرم سمندرګي جزایر
- د سویلي افریقا یو شمیر سیمې
- د ختیځې او مرکزي اروپا سویلي برخې
- منځنۍ ختیځ
- د هند نیمه لویه وچه

څه ډول کولای شم په **HBV** باندې د نورو خلکو د مبتلا کیدو څخه مخنیوی وکړم؟

HBV د مخنیوي وړ ناروغي ده. اوس هم تاسو کولای شئ په یو بل په غیږ کې ونیسئ، چاقو ګان، قاشوغ پنجې، قاشوغې او پیالې شریکې کړئ یا وکاروئ. تاسو کولای شئ د لاندې مواردو په پام کې نیولو سره په HBV باندې د نورو خلکو د مبتلا کیدو څخه مخنیوی وکړئ:

- که چېرې دوی HBV نه لري، د خپلې کورنۍ غړي او جنسي شریکان معاینه کړئ او وروسته ورته واکسین وکړئ
- له ګډو ستنو، د خریلو له تیغونو او د غاښونو له برسونو یا مسواک څخه کار مه اخلئ
- ډاډ ترلاسه کړئ چې هر ډول غوڅ شوي ځایونه په پلستر یا بنداژ باندې وپوښئ
- د مرطوب ضد عفوني کوونکي دستمال (کلینل) یا له داسې محلولو څخه چې یوه برخه یې سپین کوونکې ماده او 9 برخې یې له اوبو څخه جوړ شوی وي استفاده وکړئ، له سطحو څخه د وینې هر ځاځکی ژر تر ژره او په خورا احتیاط سره پاک کړئ
- د کانډوم کارول — اغیزناک دي مګر 100 سلنه نه دي، له همدې امله مهمه ده چې ستاسو جنسي شریک واکسین شي.

څه ډول د ویروس د خپریدو مخه ونیسو:

- دا ناروغي په اصل کې د مبتلا شخص د بدن له مایعاتو سره د مستقیمې اړیکې له لارې لیږدول کیږي — دا لیږد کیدای شي د وینې د تبادلې (د روغتیایي وسایلو په کارولو سره)، جنسي اړیکې او یا له مور څخه ماشوم ته د (عمودي) زیږون پر مهال ترسره شي.
- د B په ژیړي باندې د مبتلا کیدو څخه د خوندیتوب په موخه یو واکسین شته دی، مګر یوازې په هغه صورت کې کار کوي چې له وړاندې په HBV باندې مبتلا شوي نه وئ.
- دا واکسین کولای شو له مور څخه ماشوم ته د سرایت د مخنیوي په موخه کوچنیو ماشومانو ته تزریق کړو. د B په ژیړي باندې د مبتلا میندو لپاره د شیدو ور کول امکان لري.
- که چېرې تاسو د B په ژیړي باندې مبتلا یاستئ، اړینه ده چې د کورنۍ غړي، جنسي شریکان او په کور کې نور استوګن د مبتلا کیدو څخه د مخنیوي په موخه معاینه شي او واکسین ترلاسه کړي.
- که چېرې د B په ژیړي باندې مبتلا یاستئ، اړینه ده چې د جنسي شریک سره د اړیکې پر مهال د کانډوم د کارولو، د پاکۍ، ستنې، ناخن ګیر او هر داسې شي نه کارول چې په غیر عمدي توګه د پرې کیدو او یا د وینې د بهیدو سبب کیږي، په څیر احتیاطي تدابیر په پام کې ونیسئ.
- د B ژیړی په لاړو کې موندل کیږي، مګر د کور د ګډو وسایلو لکه پیالو، چاقو ګانو او قاشوغ پنجو په واسطه نه انتقالیږي.

د HBV نښې نښانې کومې دي؟

ډېری لویان په حاد HBV باندې د مبتلا کېدو پر مهال هیڅ ډول نښې نښانې نه څرګندوي. ماشومان او نوي زیږیدلي ماشومان د نښو نښانو د څرګندولو لپاره هیڅ تمایل نه لري. مزمن HBV په داسې حال کې چې هیڅ ډول نښې نښانې نه لري، خو که چېرې سیروز ولري نو نښې نښانې څرګندوي.

په ټوله کې، نښې نښانې په HBV باندې له مبتلا کېدو درې میاشتې وروسته څرګندیږي، مګر کیدای شي هر وخت د شپږو اونیو او شپږو میاشتو ترمنځ څرګند شي. معمولاً نښې نښانې د څو اونیو لپاره پاتې کیږي، مګر کیدای شي د شپږو میاشتو لپاره پاتې شي. ډېری هغه خلک چې په لوی عمر کې پرې مبتلا کیږي، حتی که چېرې د دوی نښې نښانې شدیدې هم وي، په بشپړه توګه روغ کیږي.

یو شمیر هغه خلک چې په مزمن HBV باندې مبتلا کیږي، د HBV دوامداره نښې نښانې لري، مګر د B په ژیړي باندې مبتلا خلک له 20 څخه تر 30 کلونو پورې بې نښو نښانو پاتې کیږي.

کیدای شي نښې نښانې توپیر ولري، مګر کله چې څرګندیږي کیدای شي لاندې موارد پکې شامل وي:

- تبه
- خړ رنګه تشې میتیازې
- د مفصلونو درد
- ضعف او ستړیا
- د اشتها له لاسه ور کول
- زړه بدي او کانګې
- ځیګر ته څیرمه د خیټې دردونه
- ژیړوالی (د پوستې ژیړوالی او د سترګو سپین والی)

HBV څه ډول تشخیص کیږي؟

د HBV د تشخیص او څارنې لپاره د وینې معاینات

د B ژیړي د سطحې انتي جن (HBsAg)	هغه پروټینونه چې فعال عفونت په ګوته کوی — د HBsAg (بډل) سطح د دې اثبات لپاره چې آیا ستاسو بدن کیدای شي HBV له منځه یوسي د اندازه ګیرۍ د واحد په توګه کاروو.
د B ژیړي د هستې انټي باډي (HBcAb)	هغه پروټین چې په HBV باندې د مبتلا کیدو ښوودونکې دي (که چیرې فعال او مثبت HBV نو له منځه یوسئ او که چیرې تاسو HBV ولرئ مثبت و اوسئ).
د B ژیړي د سطحې انټي باډي (HBcAb)	هغه پروتين چې د خونديتوب لپاره معيار دي (هغه که د عفونت څخه د پاکولو يا د واکسين کولو په شکل کې وي).
د B ژیړي اصلي انتي جن د M انټي باډی ایمونوګلوبین	هغه پروټین چې د نوي حاد عفونت لپاره معیار دی.
د B ژیړي د اي انتي جن (HBeAg)	د ډیر فعال عفونت په ګوته کوونکی
د HBeAg لپاره انټي باډي (anti-HBe)	هغه پروټین چې د عفونت د کموالي سبب کیږي.
د B ژیړی DNA یا ویروسي بار (HBV DNA)	په وینه کې د ویروس د مقدار اندازه کول — هغه وخت چې تاسو تر درملنې یاست، موخه دا ده چې دا مقدار باید ډیر کم وي (چې د تشخیص وړ نه وي)

ستاسو د ځيګر د روغتيا د معلومولو لپاره معاينات

د ځيګر پروفايل	له املې HBV د ای اندازه د التهاب د ځیګر د دا تحریک اندازه کوي.
د وینې پرنډ کیدل	مورږ وي نو التهابي ډیر ځیګر ستاسو چېري که يې استووو او دا د وينې د پرنډ کيدولو معيار دی، مور ته وواي چې آیا ستاسو ځیګر خپل عادي فعاليتونه ترسره کوي او که نه.
د وينې شمېرنه د ګوته پېشبه پې	په دې کار سره ستاسو د وینې کمښت، ستاسو د عمومي روغتيا معيار او پلاسيلټونو شمير چې کیدای شي د ځیګر د زخم په صورت کې ټیټ وي ارزول کېږي.
آلفا فتوپروتئین	د وینې دغه معاینات چې د ځیګر د سرطان د تشخیص لپاره کارول کیږي.
د ځیګر سونوګرافي	ځنته ته تشېرووج او لکش ګیځر د چې سکن وی کوي او د ځیګر د سرطان د تشخیص لپاره کارول کیږي – دا په UCLH کې ترسره کیږي.
د ځیګر الاستوګرافي (فیبروسکن)	مورږ نکس شوی ترسره کط پېټکرام په مرتیمو د ته واییې چې آیا ځیګر نرم (طبعي) ای کلک (چې د سیروز زخم په ګوته کوي) دی. همدارازد دغه کولای شي په ځیګر کې د غوړو اندازه معلومه کړي.

آيا زه به د هر ډول عفونت لپاره معاينه شم؟

موږ په HBV باندې ټول مبتلا ناروغان د نورو عفونتونو لپاره چې کیدای شي په همدې طریقه وموندل شي، معاینه کوو. په دې کې د انساني د دفاعي سیستم د کمزورۍ ویروس (HIV)، د C ژیړي ویروس (HCV) او د D ژیړي ویروس (/ HDVدلتا ژیړی) په ټوله نړۍ کې له هرو 100 نفرو څخه چې په HBV باندې مبتلا کیږي، له هغوی څخه 10 نفر په HDV هم مبتلا دي. که چېرې تاسو هم په HDV باندې مبتلا یاستئ، کیدای شي ستاسو ځیګر ته ډیر ژر زیان و رسیږي. درملنه له HBV سره په کمه اندازه توپیر لري.

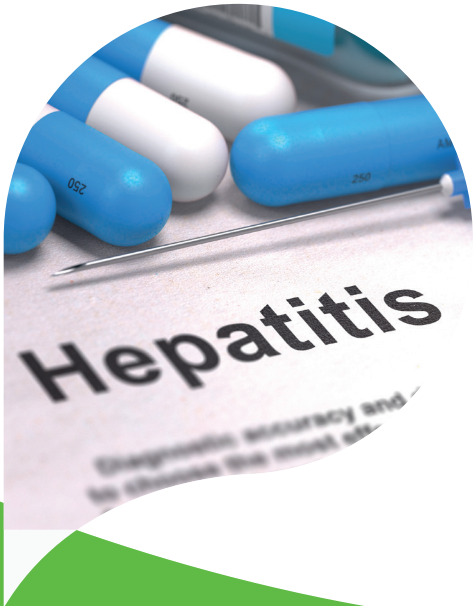
آیا کولای شم د مزمن HBV د درملنې لپاره درمل وکاروم؟

د HBV لپاره هیڅ ډول درملنه شتون نه لري، مګر د درملنې په واسطه د کنټرول وړ دی. په HBV باندې ډیر مبتلا اشخاص د هیڅ ډول درملنې پیل کولو ته اړتیا نه لري، مګر باید د ټول عمر لپاره تر څارنې لاندې وي.

معمولاً درملنه په لاندې مواردو کې سپارښتل کیږي:

- ستاسو دفاعي سیستم پخپله ونه شي کولای د B ژیړی کنټرول کړي
- ځیګر ته د زیان رسیدو شواهد موجود وي

د B ژیړي درمل کولای شي د ویروس د کنټرول او ځیګر ته د زیان رسیدو د مخنیوي په برخه کې مرسته وکړي او یو شمیر اشخاص د عمر تر پای پورې درملنې ته اړتیا لري. که چیرې تاسو د HBV سربیره HIV هم لرئ، تاسو اړ یاست چې د ټول عمر لپاره دا درمل وخورئ.



د مزمن HBV د درملنې لپاره کوم درمل کارول کیږي؟

تنوفوویر او انتکاویر د HBV د درملنې لپاره کارول کیږي. تنوفوویر معمولاً لومړني درمل دي چې د مزمن HBV د درملنې لپاره سپارښتل کیږي. که چېرې تاسو د بډوډو یا ګردو کمزوری فعالیت/کمزوري هډوکي لرئ، انتکاویر سپارښتل کیږي. دواړه درمل د ګولیو په ډول او معمولاً د ورځې یو ځل خوړل کیږي. د دې درملو مروج جانبي عوارض عبارت دي له ناروغۍ، زړه بدۍ او سر ګرځیدل دي چې معمولاً له څو دقیقو وروسته ښه کیږي.

اینترفرون یو بل ډول درمل دي چې په دې برخه کې کارول کیږي، مګر د HBV عفونت په ځانګړو مواردو (یا که چېرې HDV لرئ) سپارښتل کیږي. دا درمل د پیچکارۍ په ډول تر پوستکي لاندې په اونۍ کې یو ځل د 48 ساعتونو لپاره ور کول کیږي. دا مرسته کوي چې د HBV سره د مبارزې په موخه د بدن دفاعي سیستم پیاوړی کړي. مشهور جانبي عوارض د انفولانزا په څیر نښې نښانې لکه د درملو له خوړولو وروسته تبه، د ماهیچو او مفصلونو درد، په داسې حال کې چې دا نښې نښانې د وخت په تیریدو سره ښې کیږي.

ځینې وخت د HBV د بیا ځلي فعالیدو څخه د مخنیوي په موخه لامیوودین تجویز کیږي، د بیلګې په توګه که چېرې تاسو کیموتراپي او نورې درملنې چې دفاعي سیستم ټکوي ترلاسه کوئ. دا د تنوفوویر په څیر اغیز کوي، مګر د هغې په نسبت اغیزناک نه دي. له همدې امله معمولاً په انګلستان کې د B ژیړي د درملنې لپاره نه کارول کیږي.

د B له ژیړي سره ژوند کول

ستاسو د ژوند طرز ستاسو د عمومي روغتیا لپاره مهم دی، مګر هغه ستاسو د ځیګر د روغتیا لپاره هم مهم دی. تاسو کولای شئ د لاندې موارډو په نظر کې نیولو سره د ځیګر له روغتیا سره مرسته وکړئ:

- د مقعد او یا خولې له لارې د ناخوندي جنسي اړیکې څخه ډډه وکړئ، مګر پرته له هغه صورت څخه چې تاسو ډاډه ولرئ چې ستاسو د ژوند شریک واکسین کړي دي او یا مبتلا کیدو څخه له وړاندې خوندي شوی وي
- د هغو پیچکاریو له شریکولو څخه ډډه وکړئ چې له وړاندې د هغې په واسطه نورو خلکو ته درمل ور کړل شوي وي
- احتیاطي اقدامات لکه له نورو خلکو سره په ګډه توګه د غاښونو د بورس او یا د خریلو د چاړې نه کارول (کیدای شي تاسو د کورنۍ د غړو په څیر د نږدې اشخاصو واکسین کولو ته اړتیا ولرئ)
- په ټوله کې یو سالم او متعادل غذايي رژیم ولرئ — د B په ژیړي باندې د مبتلا اشخاصو لپاره ځانګړی غذايي رژیم شتون نه لري.
- د الکولو مصرف محدود کړئ — دا کیدای شي د ځیګر د سیروز او زخمي کیدو په څیر د ځیګر په شدیدو ستونزو باندې د مبتلا کیدو خطر لوړ کړي
- د سګرټ څکولو څخه ډډه وکړئ ځکه دا د ځیګر په سرطان ستاسو د مبتلا کیدو خطر زیاتوي
- په منظم ډول فزیکي تمرینونه ترسره کړئ
- که چېرې تاسو غواړئ چې ماشوم ولرئ نو له ډاکټر سره خبرې وکړئ

د B په ژیړي باندې مبتلا ښځې باید طبعي میندواري ولري، مګر دا ښه نظر دی چې په سر کې خپل پلانونه له ډاکټر سره شریک کړي، ځکه کیدای شي زیاتې پاملرنې ته اړتیا ولري او د خپلو درملو بدلولو ته اړتیا ولرئ.

دا خطر هم شته دی چې د B په ژیړي باندې مبتلا میندې د زیږون پر مهال خپل ماشوم ته ویروس ولیږدوي، مګر په دواړو موارډو کې په ډاډ سره کولای شو له زیږون وروسته د ماشوم په واکسین کولو سره د دې خطر مخنیوی وکړو.

د نږدې کسانو (کورنۍ غړو او شریکانو) معاینه او واکسین کول مهم دي.

تر څارنې لاندې نيول

- د B په ژيړي باندې ډيرى مبتلا اشخاص درملنې ته اړتيا نه لرئ، دوی يوازې تر څارنې لاندې نيولو ته اړتيا لري. معمولاً دا کار په هرو شپږو مياشتو کې د وينې په معاينې او د يو شمير خلکو لپاره د سکن کولو په واسطه ترسره کيږي.
- يو شمير خلک پخپله ويروس له منځه وړي (که چېرې دا حالت رامنځته کيدونکی وي، نو له عفونت څخه وروسته د شپږو مياشتو په لړ کې ترسره کيږي). په همدې حال کې د B ژيړى يو اوږدمهاله مزمنه ناروغي ده، چې د عمر تر پايه څارنې ته اړتيا لري.
- که چېرې له HIV سره او يا له هغې پرته د B ژيړى لرئ، اړينه ده چې د ژيړي د يوه متخصص ټيم تر څارنې لاندې و اوسئ. سيمه ييز ټيم د مورتيمر بازار په مرکز کې، د بلومزبري په کلينک کې ځای په ځای شوی دی.
- موږ به تقريباً په هرو شپږو مياشتو کې يو ځل تاسو تر څارنې لاندې ونيسو او که چېرې موږ داسې و انګيرو چې تاسو درملنې ته اړتيا لرئ، کولای شو دا ستاسو لپاره هم مديريت کړو.
- که چېرې تاسو د ځيګر د زغم شواهد لرئ، معمولاً موږ سپارښتنه کوو چې د د پوهنتون يا کالج د ځيګر ناروغيو متخصص او يا د رويال فري روغتون ته مراجعه وکړئ.

نورې سرچينې

British Liver Trust (د بريتانيا د ځيګر ټرسټ)

مرستندويه کرښه: **0800 652 7330** (له دوشنبې تر جمعې ورځې پورې، د سهار له **10:00** څخه د ماسپښين تر **3:00** بجو پورې)

britishlivertrust.org.uk/information-and-support/
living-with-a-liver-condition/liver-conditions/hepatitis-b

The Hepatitis B Positive Trust (د B ژيړي مثبت ټرسټ)

مرستندويه کرښه: **07958 558 510**

www.hepbpositive.org.uk
www.hepbpositive.org.uk/list-of-uk-hepatitis-support-groups

د B ژيړی: لارښود، معلومات او شننې

www.gov.uk/government/collections/
hepatitis-b-guidance-data-and-analysis

Terrence Higgins Trust

www.tht.org.uk/hiv-and-sexual-health/
sexual-health/stis/hepatitis/hepatitis-b

په یوه ځغلنده کتنه کې حقایق

- د B ژیړی داسې ویروس دی چې د التهاب په رامنځته کولو سره په باالقوه توګه زخم رامنځته کوي، مګر ډیری وخت هیڅ نښه نه څرګندوي.
- په داسې حال کې چې په ټوله نړۍ کې موندل کیږي خو په افریقا او آسیا کې ډیر عام دی..
- د B ژیړی کولای شي ځیګر ته د دایمي زیان رسیدو (چې د سیروزز) او ځیګر د سرطان په توګه پیژندل کیږي. د معاینې له لارې په دې باندې پوهیدل چې تاسو د B په ژیړي باندې مبتلا یاست، د جانبي عوارضو د مخنیوي، د هغې د څارنې یا پیژندنې او یا مدیریت لپاره لومړی ګام دی.
- د B ژیړی په راحتۍ سره د مدیریت وړ دی او تاسو کولای شئ عادي ژوند وکړئ.

تر ټولو مهم ټکی دا دی چې یوه شو چې تاسو هغه لرئ تر څو وکولای شو په سم ډول تاسو ته پاملرنه وکړو.

دا سند له غوښتنې سره سم په نورو ژبو، په لویه کچه پرینټ، بریل او غږیز فارمټ کې د لاسرسي وړ دی. په مهربانۍ سره
communications.cnwl@nhs.net ته برښنالیک واستوئ

هذه الوثيقة متاحة أيضاً بلغات أخرى والأحرف الطباعية الكبيرة وبطريقة برايل للمكفوفين وبصيغة سمعية عند الطلب

Arabic

این مدرک همچنین بنا به درخواست به زبانهای دیگر، در چاپ درشت و در فرمت صوتی موجود است.

Farsi

এই ডকুমেন্ট অন্য ভাষায়, বড় প্রিন্ট আকারে, ব্রেল এবং অডিও টেপ আকারেও অনুরোধ পাওয়া যায়

Bengali

Dokumentigaan waxaa xitaa lagu heli karaa luqado kale, daabacad far waa-wayn, farta indhoolaha (Braille) iyo hab dhegaysi ah markii la soo codsado.

Somali

Mediante solicitação, este documento encontra-se também disponível noutras línguas, num formato de impressão maior, em Braille e em áudio.

Portuguese

நீங்கள் கேட்டுக்கொண்டால், இந்த ஆவணம் வேறு மொழிகளிலும், பெரிய எழுத்து அச்சிலும் அல்லது ஒலிநாடா வடிவிலும் அளிக்கப்படும்.

Tamil

Este documento también está disponible y puede solicitarse en otros idiomas, letra grande, braille y formato de audio.

Spanish

Dokument ten jest na życzenie udostępniany także w innych wersjach językowych, w dużym druku, w alfabecie Braille'a lub w formacie audio.

Polish

આ દસ્તાવેજ વિનંતી કરવાથી બીજી ભાષાઓ, મોટા છાપેલા અક્ષરો અથવા ઓડિઓ રચનામાં પણ મળી રહેશે.

Gujarati

Be belge istenirse, başka dillerde, iri harflerle, Braille ile (görme engelliler için) ve ses kasetinde de temin edilebilir.

Turkish

© Central and North West London NHS Foundation Trust

JUN2021 | June 2021_1933 :مراجعه

Central and North West London NHS Foundation Trust,
350 Euston Road, Regent's Place, London NW1 3AX
www.cnwl.nhs.uk 020 3214 5700 :ټلیفون