Central and
North West London
NHS Foundation Trust

ሕዱር ቫይረስ
ሄፓታይቲስ B (HBV)

ንሕሙማት ዚከዉን ሓበሬታ

Wellbeing for life

እዛ በራሪት ወረቀት እዚኣ ብዛዕባ ሕዱር ቫይረስ ሄፓታይቲስ B እንኮላይ ብከመይ ተለኪፍካ ከም እትከዉን፣ እቶም ዋና ምልክታትን ብከመይ ከም ዝሕከምን ትገልጽ ኢያ። ዝኮነ ይኩን ሕቶ ወይ ስግኣት እንተኣልይካ ብክብረትካ ነቶ ሓካይም ወይም ነቶም ዝሕብሕቡካ ዘለዉ ነርስታት ካብ ምዝራብ ንድሕሪት ኣይትበል።

HBV እንታይ ኢዩ?

HBV ንጸላም ከብድካ ዘጥቅዕንኣብ ደምካ ዝርከብን ቫይረስ ኢዩ። ናይ ሓደ ሓደ ሰባት ስርዓት ምክልካል ሕማም HBV ምዉጋድ ይክእሉ ኢዮም ኣብ ሓደሓደ ሰባት ግን ይጸንሕ። ረክሲ HBV ንልዕሊ ሽዱሽተ ኣዋርሕ እንተኣልይካ ሕዱር ሄፓታይቲስ B ወይ ሕዱር HBV ንብሎ።

ሓዱሽን ሕዱርን ሄፓታይቲስ B

መብዛሕትኡ ግዜ HBV 'ጸጥተኛ' ሕማም ኢዩ ዝበሃል ምክንያቱ ዋላ እኳ ንብዙሓት ዓመታት ተታሒዝካ እንተነበርካን ናይ ጸላም ከብዲ በሰላ (ሲርሆሲስ) ከስዕብ እናከኣለን ምልክታት ዘይክህልውካ ይክእል ኢዩ። እዙይ ከዓ ብተርኡ ናይ ጸላም ከብዲ ድካምን መንሽሮ ጸላም ከብድን (ሄፓቶሴሉላር ካርሲኖማ) ከስዕብ ይክእል እዩ።

ሓደ ሰብ ንመጀመሪያ ግዜ ብHBV እንትተሓዝ 'አጻዳፊ ረክሲ' (ወይ ሓዱሽ ረክሲ) ይበሃል። መብዛሕትኦም ዝተትሓዙ ጥዑያት ኣባጽሕ ዝኮኑ ይኩኑ ምልክታት ኣይብሎምን ከምኡ እዉን ካብቲ ቫይረስ ብዘይ ምንም ሽግር ክድሕኑ ይክእሉ ኢዮም። ሓደ ሓደ ኣባጽሕድሕሪ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ካብቲ ቫይረስ ምድሓን ኣይክእሉን፡ 'ሕዱር ረክሲ' ኣለዎም ድማ ይበሃሉ።

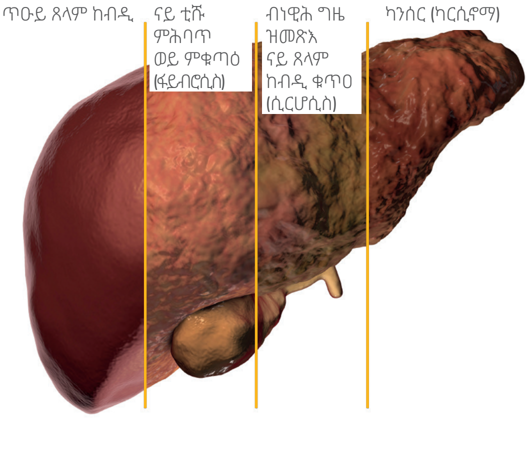
ብሕዱር ሄፓታይቲስ B ናይ ምትሓዝ ሓደጋ ሓደ ሰብ ንመጀመሪያ ግዜ ንሄፓታይቲስ B ምስዝተቃለዐሉ ዕድመ ብቀጥታ ዝተተሓሓዘ ኢዩ። ሓደ ሰብ ንመጀመሪያ ግዜ በቲ ሕማም እንትተሓዝ ንእሽተይ እንተነይሩ ሕዱር ሄፓታይቲስ B ናይ ምምዕባል ዕድሉ ልዕል ዝበለ ኢዩ፦

- ካብ ዝተትሓዙ ህጻናት ልዕሊ 90% ሕዱር ሄፓታይቲስ B የማዕሉ
- ካብ ዝተትሓዙ ዕድሚኦም ካብ ሓደ ክሳብ ሓሙሽተ ዝኮኑቆልዑ ክሳብ 50% ሕዱር ሄፓታይቲስ B የማዕሉ
- ዕድሚኦም 19 ን ካብኡ ንላዕልን ዝኮኑ ጥዑያት ኣባፅሕ ብበቲ ሕማም ካብ ዝተጠቅዑ 95% ይድሕኑ ከምኡ ድማ 5% ጥራሕ ሕዱር ሄፓታይቲስ B የማዕሉ
- ኣብ ዓለም ክሳብ 240 ሚልየን ዝኮኑ ሰባት ሕዱር ሄፓታይቲስ B ኣለዎም። ካብቶም ሕዱር ሄፓታይቲስ B ዘለዎም ክሳብ 30% ዝኮኑ ዉልቀሰባት ምስ HBV ዝተተሓሓዙ ናይ ጥዕና ጸገማት የጋጥሞም።

ጸላም ከብዲካ ንምንታይ ኣድላዪት ኮይና?

ጸላም ከብዲ ኣብ ሰዉነት ዉሽጢ እቲ ዝዓበየ ጠንካራ ኣካል እንትኮን ኣብ ትሕቲ የማናይ ላዕለዋይ ናይ ጎድኒካ ኣዕጽምትካ ይርከብ። ብዙሓት ኣድለይቲ ተግባራት ዝፍጽም ወሳኒ ኣካል እዩ:

- ናብ ሰዉነትካ ንዝኣተወ ኩሉ ነገር የሳልጥ
- ንጥረ ነገራት ሰዉነትካ ናብ ዝጥቀመሉ ጉልበት ይቅይር
- ጎዳእቲ ንጥረ ነገራት ካብ ደምካ የዉግድ።



HBV ብከመይ ይመሓላለፍ

ሄፓታይቲስ B በዞም ዝስዕቡ ክመሓላለፍ ይክእል፦

- ካብ ኣዶ ናብ ሓዱሽ ዝዉለድ ህጻን፡ ብፍላይ እቲ ሕማም ልሙድ ኣብ ዝኮነለን ሃገራት– ኣብ UK ዘለዋ ኩለን ጥኑሳት ኣንስቲ ናይ ሄፓታይቲስ B ምጽራይ ይግበረለን ኢዩ። ካብተን ዝተትሓዛ ኣደታት ዝዉለዱ ህጻናት ካብቲ ረክሲ ንምክልካል ብፍጥነት ይክተቡ
- መዉሰዲ ሓሸሽን መርፍእን ከምኡ እዉን ከም ማንካታትን መጻረይታትን ዝበሉ ካልኦት ናይ ሓሸሽ ኣቁሑታትብሓባር ምጥቃም
- ብዘይ ኮንዶም ምስ ዝተለከፈ ሰብ ጾታዊ ርክብ ምፍጻም
- ጽርየት ኣብ ዘይብሉ ከባቢን ብዘይጸረየ ኣቅሓን ዉቃጦ፣ ምብሳዕ ኣካል ወይ ሕክምናዊ ወይ ናይ ስኒ ሕክምና ምግባር
- ደም ናይ ሄፓታይቲስ B ምርመራ ኣብ ዘይግበረሉ ሃገር ደም ምምሕልላፋኣብዚ – ሐዚ እዋን ኣብ UK ኩሎም ናይ ደም ምልጋሳት ናይቲ ሕማም ምርመራ ይግበረሎም ኢዩ
- ብሕሙም ደም ዝተበከሉ መቦረሺ ስኒ ወይ መላጸዪታት ብሓባር ምጥቃም
- ኣብ ጥቅሚ ብዝወዓለመርፍእ ቆርበት ብኣጋጣሚ እንትዉጋእ (ሓደጋ መርፍእ) –እዙይ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ሰራሕተኛታት ክንክን ጥዕና ዘጋጥም ሓደጋ እዩ
- ናይ ሓደ ሄፓታይቲስB ዘለዎ ደም ናብ ክፍቲ ቆስሊ፣ ድማይ ወይ ጽሕጋግ እንትኣቱ– ሓልሓሊፉ ሄፓታይቲስ B ብዘለዎ ምንካስ ነቲ ረክሲ ከመሓላልፎ ይክእል እዩ

ሄፓታይቲስ B ብምስዕዓም፣ ኣእዳው ብምትሓዝ፣ ብምትሕቑቛፍ፣ ብምስዓል፣ እንጥሾ ብምባል ወይ ኣቕሑን ንብረታትን ብሓባር ብምጥቃም ኣይመሓላለፍን።

ንሄፓታይቲስ B ብዝበለጸ ዝተቃለዐ መን ኢዩ

ንሄፓታይቲስ B ዝለዓለ ተቃላዕነት ዘለዎም ሰባት ዝስዕቡ የማልእ፦

- እቲ ረክሲ ልሙድ ኣብ ዝኮነሉ ሃገር ዝተወለዱ ወይ ዝዓበዩ ሰባት
- ሄፓታይቲስ B ካብ ዘለወን ኣዴታት ዝዉለዱ ህጻናት
- መድሓኒት ብመርፍእ ዝወሰዱ ሰባት
- ሄፓታይቲስ B ልሙድ ካብ ዝኮነሉ ሃገር ምስ ዝመጸ ሰብ ብዘይመከላከሊ ጾታዊ ርክብ ዝፈጸሙ ሰባት፣ ምስ ወዲ ጾታዊ ርክብ ዝገበረ ወዲ፣ ብዙሓት ናይ ጾታዊ ርክብ ዓሚላት ምህላዉን ኣብ ንግዳዊ ጾታዊ ርክብ ዝተዋፈሩን
- ከም ስድራቤት ዝበሉ ናይ ቀረባ ተነካካእቲ ወይ ካሊእ ምስ ሓዱሽ ወይ ሕዱር ሄፓታይቲስ B ዘለዎ ሰብ ዘሎ ሰብ

እቲ ረክሲ ልሙድ ናብ ዝኮነሉ ንዝከዱ ተጉዓዝቲ እዞም ተግባራት እዚኦም እንተተወጊዶም ብሄፓታይቲስ B ናይ ምትሓዝ ሓደጋ ብሓፈሻ ንእሽተይ እዩ።

ዝለዓለ ስግኣት ዘለዎም ከባቢታት

ሄፓታይቲስ B ኣብ መላእ ዓለም እኳ እንተሃለወ፣ ኣብዞም ዝስዕቡ ቦታታት ግን ልሙድ ኢዩ፦

- ትሕቲ ሰሃራ ኣፍሪካ
- ምብራቕን ደቡባዊ ምብራቕን ኤስያ
- ደሴታት ፓሲፊክ
- ክፋላት ደቡብ ኣሜሪካ
- ናይ ምብራቃዊን ማእከላይን ኣዉሮፓ ደቡባዊ ክፋላት
- ማእከላይ ምብራቕ
- ንኡስ ክፍለ ዓለም ህንዲ

ካልኦት ሰባት ብHBV ንከይተሓዙ ብከመይ ምክልካል ይክእል?

HBV ክከላከል ዝክእል ሕማም እዩ። ምትሕቁቋፍን ምስዓምን ከምኡ እዉን ካራታት፣ ፋርኬታታት፣ ማንካታትን ኩባያታትን ብሓባር ምጥቃም ትክእሉ ኢኹም። በዞም ዝስዕቡ መንገዲታት ካልኦት ሰባት ብ HBV ንከይተሓዙ ምክልካል ትክእል፦

- ናይ ቀረባ ስድራቤትካን ናይ ጾታዊ ርክብ ዓሚልካን ንክምርመሩ ምግባር HBV እንተዘይሃልይዎም ድማ ንክክተቡ ብምግባር
- መርፍኣት፣ ላማታት ወይ ናይ ስኒ ብሩሻት ብሓባር ዘይምጥቃም
- ዝኾነ ይኹን ቆስሊ ብፕላስተር ወይ ብፋሻ ምሽፋኑ ምርግጋጽ
- ናይደምካ ንጣባት ብኬሚካል ዘለዎ መጽረጊ (ክሊኔል) ወይ ብትሽዓተ ኢድ ማይን ሓደ ኢድ ብሊችን ዝተዳለወ መጽረዪ ካብቲ ምድሪቤት ብፍጥነትን ብጥንቃቀን ምጽራይ
- ኮንዶም ብምጥቃም–ዉጽኢታዊ እዩ ግን 100% ኣይኮነን ስለዚ ናይ ጾታዊ ርክብ ዓማዊልካ እንተትክተቡ ኣድላዪ እዩ።

እቲ ቫይረስ ከይዛመት ብከመይ ምክልካል ይከኣል፡

- ብዋንኡ ዝመሓላለፍ ምስ ናይ ዝተትሓዘ ሰብ ናይ ዉሽጢ ኣካል ፈሰስቲ ቀጥታ ዝኮነ ንክክእ እንትህሉ ኢዩ–እዞይ ደም ምስ ደም ንክክእ(ናይ ሓሸሽ መጥቀሚ ኣቁሑ ብሓባር ምጥቃም)፣ ጾታዊ ርክብ ወይ ካብ ኣዶ ናብ ዉላድ (ትኩል) ምትሕልላፍ (ኣብ እዋን ወሊድ)።
- ካብ ሄፓታይቲስB ዝከላከል ክትባት ኣለ እዩ ይኹን እንበር HBV እንተዘይነይርካ ጥራሕ እዩ ዝሰርሕ።
- እቲ ክታበትካብ ኣዶ ናብ ዉላድ ምምሕልላፍ ንምክልካል ንሓዱሽ ዝተወለደ ህጻን ክወሃብ ይክእል ኢዩ። ሄፓታይቲስ B ንዘለዎን ኣደታት ጡብ ምጥባው ይከኣል እዩ።
- ሄፓታይቲስ B ምስዝህልወካ ኣባላት ስድራቤት፣ ናይ ጾታዊ ርክብ ዓማዊልን ኣብ ገዛ ዘለዉ ንክክእ ዘለዎም ክምርመሩን ካብቲ ሕማም ንምክልካል ክክተቡን ኣድላዪ እዩ።
- ሄፓታይቲስ B ምስዝህልወካ ከም ምስ ጾታዊ ዓማዊላት ኮንዶም ምጥቃም ከምኡ እዉን ላማ፣ መርፍኣት፣ መቁረጺ ጽፍሪ ወይ ካሊእ ዘይተሓሰበ ክቆርጽን ከድምን ዝክእል ነገር ብሓባር ዘይምጥቃም ዝበሉ ቅድመ ጥንቃቀታት ምዉሳድ ኣድላዪ እዩ።
- ሄፓታይቲስ B ኣብ እንትፍታፍ ይርከብ እዩ ይኹን እንበር ከም ኩባያታት፣ ካራታትን ማንካታትን ዝበሉ ናይ ገዛ ኣቁሑታት ብሓባር ብምጥቃም ኣይመሓላለፍን።

ናይ HBV ምልክታት እንታይ እዮም?

ብዙሓት ኣባፅሕ ኣብ ወቅቲ ሓዱሽ ረክሲ HBV ዋላ ሓደ ምልክት ኣይርእዩን። ዕሸላትን ኣናእሽተይ ቆልዑን ምንም ዓይነት ምልክት ኣይስመዖምን። ሕዱር HBV ኣብ ዘለዎም መብዛሕትኦም እኳ ምልክታት እንተዘይሃለዎም ሲርሆሲስ እንተኣልዩ ግን ምልክታት ይምዕብሉ እዮም።

ብሓፈሻ ምልክታት ካብ ብ HBV ዝተትሓዝካሉ ድሕሪ ስለስተ ኣዋርሕ ይረኣዩ ይኩን እንበር ኣብ መንጎ ሽዱሽተ ሰሙንን ሽዱሽተ ኣዋርሕን ክረኣዩ ይክእሉ ኢዮም። መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ዝጸንሑ ንዉሑዳት ሰሙናት እዩ ይኩን እንበር ክሳብ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ክጸንሑ ይክእሉ። ኣባጽሕ እናሃለዉ ዝተትሓዙ መብዛሕትኦም ሰባትዋላኳ ምልክታቶም ከበድቲ እተኮኑ ሙሉእ ብሙሉእ ይድሕኑ እዮም።

ሓደ ሓደ ሕዱር HBV ዘማዕብሉ ሰባት ምስ ናይ ሓዱሽ HBV ምልክታት ዝመሳሰሉ ኣለዉዎም ይኩን እንበር ሕዱር ሄፓታይቲስ B ዘለዎም መብዛሕትኦም ሰባት ን 20 ወይ 30 ዓመታት ብዘይ ምንም ምልክታት (ጸጥተኛ) ይጸንሑ።

ምልክታት ክፈላለዩ ይክእሉ፡ እንትክሰቱ ግን ዝስዕቡ ከማልኡ ይክእሉ፡-

- ትኩሳት
- ጸሊም ሽንቲ
- ናይ መገጣጥሚ ቃንዛ
- ድካምን ስእነት ጉልበትን
- ናይ ምግቢ ድልየት ዘይምህላዉ
- ዕዉልዉል ምባልን ንዓቀብ ምባልን
- ኣብ ጥቃ ጸላም ከብዲ ዝህሉ ናይ ከብዲ ቃንዛ
- ምጽዕዳዉ (ቆርበት ቢጫ ምኳንን ዓይኒ ጸዕዳ ምኳንን)

HBV ብከመይ ኢዩ ዝምርመር?

HBV ንምምርማርን ንምክትታልን ናይ ደም ምርመራታት

ሄፓታይቲስ B ሳርፌስ ኣንቲጅን (Hepatitis B surface antigen (HBsAg))	ሐዚ ናይ ዘሎ ረክሲ ምልክት ዝኮነ ፕሮቲን– ከምኡ እውን ሰዉነትካ ን HBV የዉግድ ምህላዉ ንምዕቃን ከም ምልክት ነቲ ደረጅኡ (ቁጽራዊ HBsAg) ንልክዕ።
ሄፓታይቲስ B ዋና ኣንቲ በዲ (Hepatitis B core antibody (HBcAb))	HBV ከምዝነበረካ ዝሕብር ፕሮቲን (ሐዚ HBV እንተኣልይካ ፖዘቲቭ እዩ ከምኡ እዉን HBV እንተወጊድካ ፖዘቲቭ ኮይኑ ይጸንሕ)።
ሄፓታይቲስ B ሳርፌስ ኣንቲበዲ (Hepatitis B surface antibody (HBsAb))	ናይ ሕማም ምክልካል ዓቅሚ መዐቀኒ ዝኮነ ፕሮቲን (ረክሲ ካብ ምዉጋድ ወይ ክታበት ካብ ምዉሳድ)
Antibody to hepatitis B core antigen immunoglobulin M (anti-HBc IgM)	ሓዱሽ ረክሲ ዘመላክት ፕሮቲን።
Hepatitis B e-antigen (HBeAg)	ሐዚ ናይ ዘሎ ሓያል ረክሲ ምልክት።
Antibody to HBeAg (anti-HBe)	ረክሲ ዝቅንስ ፕሮቲን።
Hepatitis B DNA or viral load (HBV DNA)	ኣብ ዉሽጢ ደም ናይ ዘሎ መጠን ቫይረስ መዐቀኒ – ኣብ ሕክምና እንትኮን እቲ ዕላማ እዙይ ብጣዕሚ ትሑት (ዘይፍለጥ) ንክኮን እዩ።

ናይ ጸላም ከብዲካ ጥዕና ንምልካዕ ዝጠቅሙ ምርመራታት

መግለጺ ጸላም ከብዲ (Liver profile)	እዚዩ ብHBV ምኽንያት ዝኽሰት ናይ ጸላም ከብዲ ምሕባጥ ወይ 'ቁጥዐ' ደረጃ ይልክዕ።
ናይደም ምርጋእ (Coagulation)	ጸላም ከብድካ ብግቡእ እንተተቖጢዑ እንልእከልካ ናይ ደም ምርጋእ መለክዒ እዩ፡ ጸላም ከብድካ ዝተለመደ ተግባራቱ ዝሰርሕ ምህላዉ ይሕብረና።
ሙሉ ናይ ደም ቆጸራ (Full blood count)	እዚይንናይ ሓፈሻዊ ጥዕናካ መለክዒ ንሕጽረት ደም ይምርምር ብተወሳኺ ናይ ፕላትሌት መጠን ይምርምር፡ እዚይ ከዓ ጸላም ከብድካ እንተተጎዲኡ ይቕንስ እዩ።
ኣልፋፌቶፕሮቲን (Alphafetoprotein)	ናይ ጸላም ከብዲ ካንሰር ንምምርማር ዘገልግል ናይ ደም ምርመራ።
ናይ ጸላም ከብዲ ኣልትራሳዉንድ (Liver ultrasound)	ናይ ጸላም ከብዲ ቅርጽን ገጽታን ዝምልከትን ናይ ጸላም ከብዲ ካንሰር ንምፍላይን ዘገልግል ስካን– እዚይ ኣብ UCLH እዩ ዝካየድ።
ናይ ጸላም ከብዲ ኢላስቶግራፊ (Liver elastography (Fibroscan)	እቲ ጸላም ከብዲ ሉስሉስ (ልሙድ) ወይ ጠንካራ (በሰላ ወይ ሲርሆሲስ ዘመላክት) ምዃኑ ዝሕብረና ኣብ Mortimer Market ዝግበር ስካን። ኣብቲ ጸላም ከብዲ ክንደይ ዝኣክል ስብHHኢ ከምዘሎ እዉን ይልክዕ እዩ።

ንካሊእ ዝኮነ ዓይነት ረክሲ ምርመራ ክገብር ድየ?

ንኩሎም HBV ዘለዎም ሕሙማት ብተመሳሳሊ መገዲ ክመጹ ንዝክእሉ ረክሲታት ክንምርምር ኢና። እዚኦም ኤች ኣይ ቪ (HIV)፣ ቫይረስ ሄፓታይቲስ C (HCV) ን ቫይረስ ሄፓታይቲስ D (HDV/ Hepatitis Delta) ን የማልእ። ብዓለም ለከ ደረጃ ካብ 100 ሰባት እቶም 10 HBV ዘለዎም ሰባት ብHDV ዝተትሓዙ ኢዮም። ብHDV እንተተጠቂዕካ ጸላም ከብድካ ብዝለዓለ ፍጥነት ክጉዳእ ይክእል እዩ። እቲ ሕክምና ካብ HBV ንእሽተይ ፍልይ ዝበለ ይኮን።

ሕዱር HBV ንምፍዋስ መድሓኒት ክወስድ እክእልዶ?

ኣብዚ ሐዚ እዋን ንHBV ዝከዉን መድሓኒት የለን ይኩን እንበር ብሕክምና ክትቆጻጸሮ ትክእል ኢካ። መብዛሕትኦም HBV ዘለዎም ሰባት ዝኮነ ይኩን ሕክምና ምጅማር ኣየድልዮምን ግን ዕድመ ልክዖም ክትትል ክግበረሎም ኢዩ።

መብዛሕትኡ ግዜ ሕክምና ዝወሃብ ከምዝስዕብ እንተኮይኑ ኢዩ፦

- ናይ ሕማም ምክልካል ስርዓትካ ብባዕሉ ንሄፓታይቲስ B ምቁጽጻር ምስዘይከኣለ
- ናይ ጸላም ከብዲ ጉድኣት ምህላዉ መርትዖ ምስዘይህሉ

ናይ ሄፓታይቲስ B መድሓኒታት ነቲ ቫይረስ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ንምግባርክሕግዙ፣ ንጸላም ከብድካ ከይትጉዳእ ክከላለልን ይክእል ብተወሳኪ ሓደ ሓደ ሰባት ናይ ዕድመ ልክዕ ክትትል ይደልዩ። HIV ን HBV ምስዝህልወካ እዚ መድሓኒት እዚ ንሂወትካ ክትወስዶ ኣለካ።

ሕዱር HBV ንምሕካም እንታይ መድሓኒት ኢየ ዝጥቀም?

Tenofovir ን entecavir ን HBV ንምሕካም ይጠቅሙ። Tenofovir መብዛሕትኡ ግዜ ንሕዱር HBV ዝእዘዘልካ ናይ መጀመሪያ መድሓኒት እዩ። ድኩም ናይ ኩሊት ኣፈጻጽማን/ወይ ድኩም ናይ ዓጽሚ ጥዕና እንተኣልይካ entecavir ክእዘዘልካ እዩ። ክልቲኦም ብክኒን መልክዕ ዝወሃቡን መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ መዓልቲ ሓደ ግዜ ዝውሰዱ እዮም። ናይዞም መድሓኒታት ዝተለመዱ ጎናዊ ሳዕቤናት ናይ ሕማም ስምዒት፣ ንዓቀብ ምባልን ምዛርን የማልኡ እዚኦም ድማ ድሕሪ ዝተወሰኑ ሰሙናት ዝመሓየሹ እዮም።

ካሊእ ዝወሃብ መድሓኒት Interferon እዩ ግን ኣብ ዝተወሰኑ ደረጃታት ረክሲ HBV (ወይ HDV እዉን ምስዝህልወካ) ጥራሕ እዩ ዝወሃብ። እዚ መድሓኒት እዚ ብሰሙን ሓደ ግዜ ክሳብ ን48 ሰሙናት ብቆርበት ብመልክዕ መርፍእ እዩ ዝወሃብ። HBV ንምክልካል እቲ ናይ ስርዓት ምክልካል ሕማም ንምጥንካር ይሕግዝ። ነቲ መድሓኒት ምዉሳድ ምስ ጀመርካ ከም ረስኒ፣ ናይ ጭዋዳን መገጣጠሚን ቃንዛ ዝበሉ ሰዓል ዝመስሉ ምልክታትዝተለመዱ ጎናዊ ሳዕቤናት የማልእ፡ ይኩን እንበር እዚኦም ድሕሪ ግዜ ክመሓየሹ ኣለዎም።

ሓደ ሓደ ግዜHBV ተመሊሱ ንከይምለስ ንምክልካል Lamivudine ይወሃብ፡ ንኣብነት፦ ኬሞቴራፒ ወይ ካሊእ ስርዓት ምክልካል ሕማም ዝቕንስ ሕክምና ትወስድ እንተኣሊካ። እዙይ ምስ tenofovir ብተመሳሳሊ መገዲ ይሰርሕ ይኩን እንበር ዉጽኢታዊ ኣይኮነን። ስለዚ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ UK ሕዱር ሄፓታይቲስ B ንምሕካም ኣይጠቅምን።

ምስ ሄፓታይቲስ B ምንባር

ኣነባብራካ ንሓፈሻዊ ጥዕናኻ ኣገዳሲ እኳ እንተ ኮነ ንጥዕና ጸላም ከብዲ እውን ኣገዳሲ እዩ ። በዞም ዝስዕቡ መገድታት ንጸላም ከብድካ ምክንካን ትክእል፦

- መጸምድትካ ኸም እተታሕዘ ወይ ካብ ሕሉፍ ረኺሲ ናጻ ኸም ዝኾነ ርግጸኛ እንተ ዘይኮይንካ ብኣፍን ብመቀመጫን ዝግበር ጾታዊ ርክብ ሓዊሱ ብዘይ መከላከሊ ጾታዊ ርክብ ብዘይምግባር
- ሓሸሸ ንምዉሳድ ዘገልግሉ መራፍእ ምስ ካልኦት ሰባት ብሓባር ብዘይምጥቃም
- ቅድመ ጥንቃቀታት ምዉሳድ ንኣብነት፡ ናይ ስኒ ብሩሽ ወይ ላማ ምስ ካልኦት ሰባት ብሓባር ብዘይምጥቃም (ናይ ቀረባ ንክክእ ዘለዎም ከም፡ ኣባላት ስድራቤት፡ ክክተቡ ኣለዎም)
- ብሓፈሻ ጥዑይ ዝኮነ፣ ዝተመጣጠነ ምግቢ ብምብላዕ – ሄፓታይቲስ B ንዘለዎም ሰባት ፍሉይ ምግቢ የለን ኢዩ
- ናይ ኣልኮል መጠን ቀንስ–እዙይ ከም ናይ ጸላም ከብዲ ሲሆሲስ (ናይ ጸላም ከብዲ ቁጥዐ) ዝበለ ከቢድ ዝኮነ ናይ ጸላም ከብዲ ጸገም ናይ ምምዕባል ዕድልካ ክዉስክ ይክእል
- ሽጋራ ምትካክ ግደፎ፡ እዙይ ናይ ጸላም ከብዲ ካንሰር ከስዕብ ስለዝክእል
- ብስሩዕ ናይ ኣካል ምንቅስቃስ ስራሕ
- ህጻን ናይ ምዉላድ ሓሳብ እንተኣልይኪ ንሓኪምኪ ንገርዮ

ሄፓታይቲስ B ዘለወን ሰባት ስሩዕ ዝኮነ ጥንሲ ክህልወን ኣለዎ ይኩን እንበር ተወሳኪ ክንክን ከድልየኪ ስለዝክእልን መድሓኒታትኪ ክቅየሩ ከድልዮም ስለዝክእልን መጀመርያ መደባትኪ ምስ ሓኪም ምምይያጥ ጽቡቅ ሓሳብ እዩ።

ሄፓታይቲስ B ዘለዋ ሰበይቲ ኣብ ከባቢ እትወልደሉ ግዜ ነቲ ሕማም ናብ ዉላዳ ናይ ምምሕልላፍ ሓደጋ ኣለ እዩ ይኩን እንበር እዚ ሓደጋ እዙይ ኣብ ዝኮነ ኩነታት ምክልካል ዝከኣል ድሕሪ ምዉላዶም ብዙሕ ዘይጸንሑ ምክታቦም ብምርግጋጽ እዩ።

ናይ ቀረባ ንክክእ ዘለዎም (ስድራቤት፣መጻምዲ) ክምርመሩን ክክተቡን ምግባር ኣድላዪ እዩ።

ክትትል

- መብዛሕትኦም ሄፓታይቲስ B ዘለዎም ሰባት ሕክምና ኣየድልዮምን፡ክትትል ጥራሕ እዩ ዘድልዮም። እዚይ ብደም ምርመራ እዩ ዝግበር ብተወሳኪ ንሓደ ሓደ ሰባት በቢ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ብስካን ይፍለጥ።
- ሓደ ሓደ ሰባት ነቲ ቫይረስ ብባዕሎም የዉግድዎ እዮም (እዚይ ዝፍጠር እንተኮይኑ መብዛሕትኡ ግዜ ካብ ግዜ ረክሲ ኣብ ዉሽጢ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ይክሰት)። ይኩን እንበር ሄፓታይቲስ B መብዛሕትኡ ግዜ ናይ ዕድመ ልክዕ ክትትል ዝደሊ ናይ ነዊሕ ግዜ ሕማም (ሕዱር) እዩ።
- ምስ ወይ ብዘይ HIV ሄፓቲተ B ምስዝህልወካ ኣብ ትሕቲ ክትትል ፍሉይ ጉጅለ ቫይረስ ሄፓታይቲስ ጸላም ከብዲ ምኳንካ ኣድላዪ እዩ። እቲ ከባቢያዊ ጉጅለ ዝርከብ ኣብ Mortimer Market Centre, Bloomsbury clinic እዩ።
- በቢ ሽዱሽተ ወርሑ ክንከታተለኪ ኢና፣ ሕክምና የድልየካ እዩ ኢልና እንተሓሲብና ድማ ክነክይደልካ ንክእል ኢና።
- ናይ ጸላም ከብዲ ቁጥዐ መርትዖ እንተሃልይካ ኣብ University College Hospital ወይ ኣብ The Royal Free Hospital ብሕማም ጸላም ከብዲ ስፔሻላይዝ ብዝገበሩ ጉጅለ ንክትረአ ንመክረካ።

ተወሰክቲ መረደእታታት

British Liver Trust

ናይ ሓገዝ መስመር ስልኪ፦ 0800 652 7330 (10am ክሳብ 3:00pm ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ)

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

The Hepatitis B Positive Trust

ናይ ሓገዝ መስመር ስልኪ፦ 07958 558 510

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

ሄፓታይቲስ B፦ መምርሕን ሓበሬታን ትንታንን

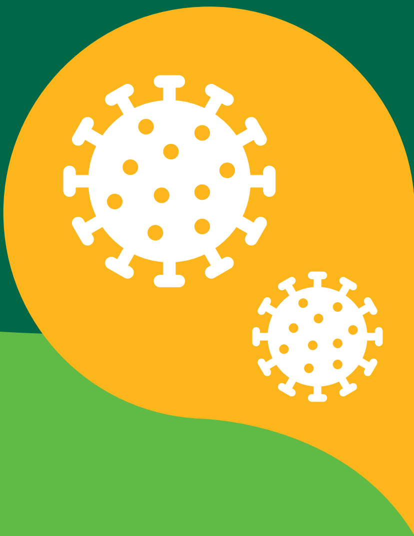
www.gov.uk/government/collections/
hepatitis-b-guidance-data-and-analysis

Terrence Higgins Trust

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

ሓቅታት ብሓጺሩ

- ሄፓታይቲስ B ሕብጠትን ቁጥዐን ብምስዓብ ንጸላም ከብዲ ዝጎድእ ቫይረስ እዩ ይኩን እንበር መብዛሕትኡ ግዜ ምልክታት ኣይረኣዩን።
- ዋላኳ ኣብ መላእ ዓለም ይረከብ ኣብ ኣፍሪካን ኤስያን ብዝበለጸ ልሙድ እዩ።
- ሄፓታይቲስB ንጸላም ከብዲ ቀዋሚ ዝኮነ ጉድኣትን (ሲርሆሲስ ተባሂሉ ዝጽዋዕ) ናይ ጸላም ከብዲ ካንሰርን ከስዕብ ይክእል እዩ። ሄፓታይቲስ B ከምዘለካ ተመርሚርካ ምፍላጥ ነዞም ጸገማት ንምክልካል፣ ንምክትታል፣ ንምልላይን ንምቁጽጻርን እቲ ናይ መጀመሪያ ስጉምቲ እዩ።
- ሄፓታይቲስ B ብቀሊሉ ዝቆጻጸር ሕማም እዩ ብተወሳኺ 'ስሩዕ ሂወት' ክትነብር ትክእል ኢካ። እቲ ቀንዲ ነገር ንዓካ በቲ ትክክለኛ መገዲ ንክንከታተለካ ከምዝወነንካዮ ምፍላጥ እዩ።



እዚ ሰነድ እዚ ኣብ ዝተሓተተ ግዜ ብካልኦት ቋንቋታት፣ ብዓብይ ሕትመት፣ ብብሬልን ብዓይነት ድምጺን ይርከብ እዩ። ብክብረትካ ናብ **communications.cnwl@nhs.net** ኢመይል ለኣኽ።

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,
350 Euston Road, Regent's Place, London NW1 3AX
ተሌፎን: 020 3214 5700 **www.cnwl.nhs.uk**

© Central and North West London NHS Foundation Trust

መወከሲ፦ 1933_ጁን 2021 | ጁን 2021