

ሄፓቲት ቢ ኣብ መንእሰያት፡ ሓበሬታ ንሕመማት(2017-02-03)

ሓበሬታ ንሕመማትን መምርሕታት ኣክያይዳን። ብሮፕር ሓካይም ለበደ።

እዚ ሓበሬታ ንምንታይ መጸኢኡካ፤

ኣብ ቅምሶ ደም ዝተገብረ ምርመራ፡ ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ኣግሂዱ'ሎ። እዞ ብሮፕር ብዛዕባ ሄፓቲት ቢን፡ ከም ተሰካሚ ሄፓቲት ቢ መጠን ክትሓሰበሉ ዚግባእካ ብዝምልከት ሓበሬታ ዝሓዘት'ያ።

ሄፓቲት ቢ እንታይ'ዩ፤

ሄፓቲት ቢ፡ ኣብ ጸላም ከብዲ፡ ኣብ ደምን ኣብ ሓደ-ሓደ ፈሰስቲ ኣካልን (ንኣብነት ስፐርም) ዚርከብ ቫይረስ'ዩ። ሄፓትቲት ቢ ሃልዩካ ከይፈለጥካ ነዊሕ እዋን ኪሓልፍ ይኽእል'ዩ። ዋላ'ኳ ምልክታት ሕማም እንተ ዘይብልካ፡ ሄፓቲት ቢ ኣዘዩ 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 ዝሃበ ጸብጸብ፡ ኣብ ዓለም ኣስታት 240 ሚልዮን ሰባት ዝኾኑ ሄፓቲት ቢ ኣሎዎም። እቶም ዚበዝሑ፡ ኪውሉዱ ከለዉ'ዩ ካብ ኣዲኦም ለጊብዎም።

ሄፓቲት ቢ ብዘይ ኮንዶም ወሲብ ክትገብር ከለኻውን ይላባዕ። ኩሉ ዓይነት ወሲብ፡ ማለት ብዘይ ኮንዶም ዚፍጸም መሃንቱላዊ፡ ርሕማዊ ወይ ኣፍኣዊ ወሲብ፡ ሄፓቲት ቢ ቫይረስ ኬላግብ ይኽእል'ዩ።

ሄፓቲት ቢ ብደምውም ኪላባዕ ይኽእል'ዩ እንተደኣ ሄፓቲት ቢ ዘሎዎ ደም፡ ኣብ ደምካ፡ ኣብ ዓልገታዊ መምብራና (slemhinna) ንኣብነት፡ ኣብ ዓይኒ፡ ኣብ ኣፍንጫ፡ ኣብ ኣፍ ወይ ኣብ ክፉት ቍሰሊ እንተ ኣትዩካ። እቲ ደም ኣብ ዘይቆሰለ ቆርበት እንተ ለጊቡ ኣይላባዕንዮ።

ሄፓቲት ቢ፡ ምስ ፈተውትኻ ኣብ ዚግበሩ ማሕበራውያን ርክባት፡ ንኣብነት ብምትሕቕቕፍ፡ ብምስዕዓም፡ ወይ ብርጭቆ/ሸሓኒ/መብልዒ ማንካን ፎርኬታን ብሓባር ምጥቃም ፈጸሙ ኣየልግብንዮ። ሓደ ሸንቲ ቤት ብሓባር ብምጥቃምውን ኣይለግብን።

ንኻልኦት ከየላግብ ክሓሰበሉ ዘድልዩኒ ነገር እንታይ ኣሎ፤

ነዞም ዚሰዕቡ 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 ወቐቲ፡ ደምካ ዚላገብ ቫይረስ ከም ዘሎዎ ግድን ሓብር።
- ክትውቀጥ፡ ክትስቁር እንተኾይንካ ወይ ምድማይ ዘስዕብ ካልእ ነገር ትገብር እንተኾይንካውን፡ ብደም ዚላባዕ ቫይረስ ከም ዘሎካ ሓብር።
- መላጸዩ፡ መፋሕፍሒ ስኒ ምስ ካልእ ሰብ ብሓባር ኣይትጠቐም።
- ገለ ሰብ ደምካ እንተ ነጠርዎ፡ ንኣብነት ደምካ ኣብ ክፉት ቍሰሊ እንተ ኣትዩ፡ እቲ ሰብ ብቐልጠፍ 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። መሐወሲ ኩባያ ወይ ካልእ ኣቕሓ ብሓባር ክትጥቀም የብልካን።
- ደም፡ ዘርኢ(ስፐርም)፡ እንቋቕሖ ወይ ክፍሊ ኣካል ንፍልሰት (transplantation) ክትልግስ ኣይፍቀደካንዮ።
- ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ክታበት ዘድልዩ መጻምድቲ ወሲብ ወይ ኣባል ስድራ እንተሎካ ንሓኪምካ ሓብር።

ንኻልኦት ከይተልግብ፡ ክትስዕብም ዘድልዩ ሓደ-ሓደ ምኽርታት ጽሬትውን ኣለዉ፡-

- ንእሽቶ ቍሰሊ እንተለካውን መሸፈኒ (ቺሮቶ) ግበረሉ።
- ጨርቂ ቍሰሊ ኣብ ምቕያር ሰብ እንተሓረዙካ፡ እቲ ሰብ ጓንቲ ፕላስቲክ ኪጥቀም ኣሎዎ።
- ቅድሚ ብደም ዝተጸየቐ ማተርያል (ጨርቂ ወረቐት) ምድርባይ ካብ ጥንቃቕ ጠቐልሎ።
- ደም ዝተጸየቐ ክዳን ካብ ሓጻቢት ማኪና ኪሕጸብ ይኸእልዮ።
- ንቐጣ ደም፡ ንኣብነት ኣብ ምድራ-ቤት ዝነጠበ፡ ብዚድርበ ወረቐት ተወልዊሉ ይጎሓፍ። ብድሕርቲ ብማይን ሳምናን ብጥንቃቕ ተሓጸብ።

ምስ መጻምድተይ ቅድሚ ወሲብ ምግባሪይ እንታይ ክሓስበሉ ዘድልየኒ ነገር ኣሎ፤

ሄፓቲት ቢ ከም ዘሎካ ንመጻምድትኻ ግድን ክትሕብር ኣለካ። መጻምድትኻ ብይንቲ እንተ ዘይኮይና (ኢምዩኒቲ እንተዘይብላ፡ ማለት ቅድሚ ሸው ሄፓቲት ቢ ዝሓዘ እንተኾይና ወይ ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ዝተኸትበት እንተኾይና) ግድን ኮንዶም ክትጥቀም ኣለካ።

እቲ ካብ ኩሉ ዝሓሸ ኣማራጺ፡ ቅድሚ ስጋዊ ርክብ ምግባርኩም፡ መጻምድትኻ ናጻ ክታበት ሄፓቲት ቢ ኪግበረላ ምእንቲ፡ ንመጻምድትኻ ምሳኻ ሓዝካያ ናብ ሓኪም/ክሊኒክ ምኻድዮ።

ንሰብ ንሓደጋ ለበደ እንተ ኣቃሊዕካ፡ ንኣብነት ምስ ሓንቲ ዘይተኸትበት ግብረ-ስጋ ብዘይ ኮንዶም እንተ ፈጸምካውን፡ እታ ሰብ ብድሕሪቲ ፍጻሜ፡ ናይ ምልባዕ ሓደጋ ንምንካይ፡ ብናጻ ክታበት ሄፓቲት ቢ ኪግበረላ ይኸእልዮ። 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 ሓኪምካዮ። ዚበዝሕ እዋን፡ ሓንሳእ ኣብ ዓመት ምብጻሕ ይግበር። ስሕት ኢልካ ግን ጽዕቕ ዝበለ ምብጻሕ ይግበርዮ።

ሄፓቲት ቢ ኪህልወካ ሓደገኛ ድዩ፤

ዚበዝሑ ሄፓቲት ቢ ዘሎዎም፡ ጸገማት ጸላም ከብዲ ኣይለዓሎምንዮ። ሓደሓደ ሰባት ግን፡ ድሕሪ ናይ ነዊሕ ዓመታት ረኽሲ ጸገማት ጸላም ከብዲ የጋጥሞምዮ። እቶም ጸገም ዚመጸም፡ እንተ ገደደ፡ ሲሮሲስ (ምምንማን ጸላም ከብዲ) ወይ መንሸር ይለዓሎም።

ብሰሩዕ ምብጻሕ ሓኪም ክትገብር ከለኻ፡ ሓኪም ጸላም ከብድኻ ከመይ ከም ዘላ ይቆጸጸር፤ ሕክምና ዘድልየካ እንተ ኾይኑ ከኣ ሕክምና ከም ትረክብ ይገብር።

ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ሕክምና ኣሎዶ፤

ዘድሊ እንተ ኾይኑ፡ ሕክምና ይግበረልካ፤ ግን መንእሰያት ዚበዝሕ እዋን ሕክምና ኣየድልዮምንዮ። እዋኑ እንተኾይኑ ሓኪምካ ኪሕብረካዮ።

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

ወላዲ ክኸውን እኸእልዶ፤

እወ! ቅድሚ ቁልዓ ምውላድ ምፍታንኩም፡ መጻምድትኻ ኣንጻር ሄፓቲት ቢ ኢምዩኒቲ ኪህልዎ (ንኣብነት ድሕሪ ክታበት) ኣገዳሲዮ።

ጥንስቲ እንተ ኾይንኪ፡ ሄፓቲት ቢ ናብ ዕሽልኪ ከይላባዕ ንምክልኻል ዚግበር ኣገባብ ኣሎ። ስሕት ኢሉ፡ ኣብ መወዳእታ ወቕቲ ጥንስኺ ሕክምና ሄፓቲት ቢ ይግበረልኪ። እቲ ዕሽል ሄፓቲት ቢ ከይለግቦ መከላኸሊ ይግበረሉ፡- ፈለማ ውልድ ምስ በለ ክታበት ይወስድ፤ ብድሕሪኡውን ኣብታ ፋልመይቲ ዓመቱ፡ ኣብ ዝተፈለለዩ ኣጋጣምታት፡ ተወሰኸቲ ዕቕናት ክታበት ይወስድ። በዚ ኣገባብኪ ከኣ፡ እቲ ዕሽል ሕማም ኪለግቦ ዘሎ ሓደጋ ኣዝዩ ትሑትዮ።

ዝቸነ ስራሕ ወይ ዝቸነ ንጥፈት ትርፌ-ግዜ ኪህልወኒ ይኽእልዎ።

ተሰካሚ ሄገራት ቢ ኮይንካ ዝቸነ ስራሕ ኪህልወካ ይኽእልዎ። እቲ ንስኻ ኣብ ስራሕ እትገብር፡ ብበሊሕ ነገር ናይ ምውጋእ ሓዲጋ ኣምጺኡ፡ ደምካ ናብ ካልእ ሰብ ኪነጥር ሓዲጋ እንተሎ - ነዚ ጉዳይ ኣልዲልካ ምስ ሓኪምካ ተዛረብ። ብሓደ ፍሉይ ትምህርቲ ሙያ ኪህልወካ ዚኽእልን ዘይክእልን ርግጸኛ እንተ ዘይኮይንካውን ከምኡ ምስ ሓኪም ተዛረብ። ሄገራት ቢ ከም ዘሎካ ንዘስርሓካ ምሕባር ኣየድልየካንዮ።

ኣብ ስራሕ ኢሉ ከድምየካ ዚኽእል ዓይነት ስፖርት ክትሳተፍ እንተ ደሊኻ - ምስ ሓኪምካ ተዛረብ። ኣብቲ ስፖርት ክትሳተፍ ደሓን ምዃኑን ዘይምዃን ሓኪምካ ኪውስን ይኽእልዎ።

ሄገራት ቢ ኣብ ሕጊ ምክልኻል ለበደ ተጠቒሱሎ። እዚ እንታይ ማለትዮ።

ሕጊ ምክልኻል ለበደ (Smittskyddslagen) ሓዲሓዲ ሕማማት ረኽሲ፡ ንኣብነት ከም ሄገራት ቢ ናብ ካልኣት ሰባት ከይላብዑ፡ ነቲ ሓዲጋ ንምንካይ ዝተሓገገዮ።

ሄገራት ቢ ዘሎካ፡ ናጻ ከንክንን ሕክምና ሄገራት ቢ ኪግበረልካን መሰልካዮ። ሓኪምካ ዚህበካ ናይ ኣገባብ መምርሕታት ግድን ክትክተል ኣለካ፤ ነጥቢ ቊ. 4 ተመልከት። ምንጩ 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።

ምንጩ ለበደ ምርካብ - እንታይ ማለትዮ።

ሄገራት ቢ ዘሎዎም ካልኣት ሰባት ምርካብ ኣዝዩ ኣገዳሲዮ። ምኽንያቱ፡ ኣብ ኮነታት ጸላም ከብደም ቊጽጽር ምግባር ስለ ዘድልን እቲ ሕማም ረኽሲ ከኣ ናብ ካልኣት ሰባት ንኺይመሓላፍ። ስለዚ፡ ሄገራት ቢ እንተሎካ፡ ግድን ምርመራ ሄገራት ቢ ኪገብሩ ምእንቲ፡ ምሰየኖት ሰባት ወሲብ ወይ ግብረ-ስጋ ከም ዝፈጸምካ ወይ ብኻልእ ኣገባብ (ስሪንጋን መራፍእን ብሓባር ብምጥቃም) ንሓዲጋ ከም ዘቃላዕካ ንሓኪምካ ኣፍልጥ ኢኻ። እቲ እትህቦ ሓበሬታ ብምስጢር'ዩ (ሰክረተስ) ዚተሓዝ። እቶም ሓበሬታ እትህበሎም ሰባት ከኣ መን ምዃንካ ኣይኪፈልጡንዮም።

ስድራኻን ኣሕዋትካን ኣብ ሸወደን እንተለዉ፡ ሓኪምካ ምርመራ ሄገራት ቢ ከም ዚገብሩ ኪገብርዮ።

ተወሳኺ ሓበሬታዎ ትደሊ፤

ንሄገራት ቢ ዚምልከት ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብዞም ዚስዕቡ ኣድራሻታት ይርከቡ:-

- www.1177.se
- www.umo.se
- www.folkhalsomyndigheten.se
- www.cdc.gov
- www.who.int