هێپاتیتی «بی»

جه رگ ئه نداملکه له جه سته ی مرۆض که له زۆرتک له چالاکییه گرینگه کانی له ش وه کوو به ربه ره کانی له گه ص عفوونه ت، ذاگرتنی خوێنپژان، پاککردنه وه ی خوێن له ژه هره کان و ده رمانه کان و هه روه ها پاشکه وتکردنی وزه، ذۆصی کاریگه ری هه یه.

هێپاتیت چییه؟

هێپاتیت به واتای ئاوسان یا هه وکردنی جگه ره که چالاکییه کانی له کارده خا. ئه م نه خۆشییه هۆی جۆراوجۆری هه یه. یه کێکیان تووشبوون به ضایرۆسی هێپاتیتی «بی» یه.

ضایرۆسیهێپاتیتی «بی» نه خۆشی هێپاتیتی «بی» له مرۆضدا دروستده کا. ئه م ضایرۆسه له جگه ردا داده به زێ و زێوزوو ده کا. مه وادێک که ئەم ضایرۆسه دروستی ده کا دەپژێته نێو خوێنه وه. بەشی چالاکی ضایرۆسەکه له ناوه ندیدایە. ئانتیژێنی سه تحی ضایرۆسیهێپاتیتی «بی» لە دەرەوەی ضایرۆسەکەدایە. هەر کەسێک ئەم زەذذاتە بچووکە لە خوێنیدا ببیت، تووشی ئەم ضایرۆسە بووە. تاقیکردنەوەی تایبەتی خوێن، زاوزێی ئەمضایرۆسە لەخوێندا دەردەخا.هه ستیارترین تاقیکردنه وه‌که نیشانه ی زاوزێی ضایرۆسه که له جه سته دایه، تاقیکاری «پی سی ئاذ»ه PCR. ئه مذۆ تاقیکردنی ژماره یی ضایرۆسه که له خوێندا له به رده ستدایه و ده کرێت بۆ هه صبژاردنی شێوه ی ده رمان و به دواداچوونی نه خۆشیه که که صکی لێوه رگیرێت.

به پێی ئاخر ذاپۆرتی ذێکخراوه ی ته ندروستی جیهانی ۴۰۰ ملیۆن که س له جیهاندا هه صگری ضایرۆسیهێپاتیتی «بی» ن وئه م نه خۆشییه دوای نه خۆشی سیل و مالاریا له هه موو نه خۆشییه گوێزه ر ه وه کان پتره. زۆربه ی تووشبووان له وصاتی سین و تایوانن. ئه م نه خۆشییه له هه ندێک شوێنی ئاسیا و ئه فریقیا به ربصاوه و ده گاته ۲۰ له سه دی خه صکی ئه و ناوچانه.

نیشانه کانیهێپاتیت

نەخۆشی ئاوسانی جگەر دەتوانێ بێ نیشانە بێت و دەشتوانێ نیشانەی زۆر بەرچاوی لەگەص گرفتاربوونیدژواری جەرگدا هەبێت. ئەغصەب دوای هاتنە ژووره وه ی ضایرۆس بۆ نێو لەش‌و پاش ماوەیەک بێدەنگی که ده وره ی کۆمۆنی (Common) پێ ده صێن، نیشانەی وەکوو هەلآمەت و پەتا؛ هەست بە ماندوویەتی کردن و داهێزران، نەبوونی ئیشتیا بۆ خۆراک، یاو، ئێشی ماسولکە، ئاوسانی جومگەو لکە لە پێست لەوانەیە پەیدا ببێت.

دوای ماوەیەک قۆناخی دووهەمی نیشانەکان بە زەردوویی‌و لاچوونی نیشانەکانی قۆناخی هەوەص خۆی دەردەخا. لەم قۆناخەدا میز لێص دەبێ و پیسیش کەمذەنگ دەبێ. دوای ئەم قۆناخە نەخۆش دەچێتە قۆناخی نە قاهەت(ضەتذسین). ئاساییهکە منداص سووکتریبگرێ و زۆرکات هیچ نیشانەیەکیان نییە. زۆر لە تووشبوانی ئەم نەخۆشییە زەردوویی ناگرن لە بەر ئەوەی بە مناصی ئەغصەب نیشانەیەکی نییە.

چۆن بۆمان ده رکه وێ ئه مه هێپاتیتی «بی» یه؟

زۆربەی کات، تەشخیسی ضایرۆسیهێپاتیتی «بی» بەشوێن خوێنبهخشین یان تاقیکردنەوەی خوێندایە. ئەم کەسانە هیچ عەلامەتێکیان نییە و لەوەی کە تووشی بوون سەریان سوڕدەمێنێ. یەکێک لە تاقیکردنەوەکان بۆ ئەم نەخۆشییە پشکنینی ئانتیژێنی سەتحی ئەمضایرۆسەیە کە پێی دەصێن HbsAg. پشکنینی ئانزیمەکانی جگەر دهتوانێ یارمەتیمان بدات بۆدەرخستنی ئەم نەخۆشینە.ئەگەر ئانزیمەکانی جگەر لەخوێندا بچنە سەرێ یا دە رکە وتنی کێشەیەک لە سۆنۆی

جگەردا حەتمەن‌تاقیکردنەوەیپی‌سی‌ئاذ پێویستە بەکاربێنین.

بۆچی تاقیکردنەوە، بۆ خوشکوبراو داکوبابی نەخۆشە کە پێویستە؟

لە بەر ئەوەی لەوانەیە هەر لە مناصییەوە هەموو بەیەکەوە تووشی ئەم نەخۆشییە بووبێتن و باشتر وایە هەموو کەس لانی‌کەم یەکجار لە ژیانی خۆیدا پشکنینیهێپاتیتی «بی» بۆ بکرێت.

چۆن دەگوێزرێتەوە؟

گوێزانەوەی هپاتیتی «بی» لە ذێگای خوێن و بەرهەمهخوێنیەکان:

وەرگرتنی خوێنی ضایرۆساوی، کەصک وەرگرتن لە سرنجی هاوبەش بۆ دەرزیوەشاندن، خاصکوتان و تاتوکردن، کونکردنی گوێچکە بە کەرەسەی ضایرۆساوی، میسواک یان تیغی ذیشتاشین کهضایرۆسی پێوە بێ و هەروەها تێههصچوونی دەرزی ضایرۆساوی لە لەش.

گواستنەوەی لە دایکەوە بۆ کۆرپە: لە ئێران ئەمە گرینگترین ذێگای تووشبوونە بە هێپاتیتی «بی».

گواستنەوەی لە ذێگای سێکس: ئەمضایرۆسە لە ذێژنەکانی لەشوەکوو بوزاق، مەنی، هەروەها تەذشوحاتی ژنانە دا هە یە، ذەچاونە کردنی بنەماکانی تەندروستی جنسی یان هەرزەیی سێکسی دەتوانێ نەخۆشییەکە بگوێزێتە وە لە کەسێکەوە بۆ کەسێکی‌تر.

گواستنەوە لە ذێی پزیشکی ددانەوە: کاری پزیشکی لە سەر ددان لەو سەنتەرانەی لە ئامێری ناتەندروست یان ذە وشتی ناتەندروست کەصک وەردەگرن بۆیهەیهنەخۆشیەکە بگوێزێتەوە.

گواستنەوە لە بەینی ئەندامانی بنەماصە: ئەمضایرۆسە بە تێکەصاوی ئاسایی ذۆژانەوەکوو قسە کردن، هۆقەکردن، ماچکردن، لە باوهشگرتن، یان مەلەکردن ناگوێزرێتەوە.

سورەنگی (سرنج) هاوبەش: بە داخەوە بینراوە کە هەندێک وەرزشوانان بۆ وەشاندنی دەرزی (شرینقە) تەقویە تی سرنجی هاوبەشیان بەکارهێناوە.

ضایرۆسیهێپاتیتی «بی» لە دەرەوەی لەشی مرۆضدا لە بەرانبەر گەرما، شێ و دەرمانی‌کیمیاوی زۆر خۆذاگرە. ئەمضایرۆسە لە گەرمای ژێر ۲۰ دەرجەدا تا ۱۵ ساص و لە گەرمای وەتاغدا تا ۶ مانگ و لە دەفرێکی وشکدا تا مانگێگ خۆ ذادەگرێ. بەلآم دوای کوصآندن لە ۱۰۰ دەرجەدا بە ماوەی ۵ چرکە نامێنێ و لە بە ینده چێ. هەروەها بە مە وادی پاکژکهرهوه وهک گلۆتار اصدئید، کلۆوذۆفۆرم و فۆذماصین لە ناوئەچێ.

هێپاتیت و گواستنەوەی لە نێو بنەماصەدا

ئەگەر لەماصدا کەسێکی (ناقل) هەصگریضایرۆسیهێپاتیتی «بی» هەبێت، لەوانەیەبۆ ئەوانی‌تریش بگوێزرێتەوە و هۆیەکەشی لە ذێگای تێکەصبوونی خوێنی کەسە تووش‌بووەکە بە موخات یان خوێنی کەسە ساغەکانە.

هاوسەرگیری و هێپاتیتی «بی»

هاموشۆ و تیکەصی و هاوسەرگیری بۆ توووشبوان بە هێپاتیتی «بی» قەدەغە نییە. بەلآم لایەنە بەرانبەرەکەی دە بێت تاقیکردنەوەیهێپاتیت بکا و دوایە واکسنەکەی لێبدات.

پاکژکردنهوهی جل و شتومەک

بۆپاکژکردنە وە یجلو بەرگ‌و شتو مەکی ئەو کەسانە ی‌تووشبوون، دوای خاوێنکردنەوەی خوێن و شتەکان دەبێ جلەکان لە ئاودا بکولێنرێن و بە ماوەی نیو سە عات لە مەحلوولیئاوی‌ژاوێلی نیو لەسەد یا کە رهسەی تایبەتیئیستریلکردنی جلدا دابنرێ.

هەصگری (ناقل)ضایرۆسیهێپاتیت

ضایرۆسیهێپاتیت دەتوانێ چەن ساص بە شاراوەیی لەلەشدا بمێنێتەوە و بەو کەسە دەصێن «هەصگر یا ناقیلیهێپاتیت». ناقیلینەخۆشیهێپاتیت‌بە کەسێک دەصێن کە زیاتر لە ۶ مانگ ضایرۆسەکە لە خوێنیدا بمێنێتەوە حاصووەزعی باش بێت و لە تاقیکردنەوەکاندا ناذێکی لە کاری جگەریدا نەبێت. لەم بارودۆخەداضایرۆسەکە بە سەلامەت لە جە ستەدا دە مێنێتە وە وزەرەر بە جگەر ناگەیێنێ. لە ئێران تووشبوانی ئەم حاصەتە لە سەدا ۲/۱۴ ی خەصکن.

نیشانەکان لە هەصگراندا

زۆربەیان لە زگی دایکەوەوەریانگرتووە و تا چەن ساص هیچ نیشانە یەکیان نییە. جاری واش هەیە دوای تووشبوونیهێپاتیتی حاد دەبنە هەصگرینەخۆشیەکە.لەم کەسانەدا بە شوێن نیشانەکانی ئاوسانی جگەر وەکوو نەبوونی ئیشتیا بۆ خۆراک؛ بێ‌هێزی و داهێزران؛ لێصی میز و زەردی، کۆئەندامیبەرگریناتوانێHBSAgسهرکوت بکات و دوای شەش مانگ هەر چەند نیشانەکان نامێنێ، بەلآم ئەمضایرۆسە دهمێنێتهوه. بذێک لە ههصگرانی هێپاتیتی «بی» لە دصەکزە و هەست بە قورسی لای ذاستی زگ و دمتاصی و نەبوونی ئیشتیا شکایەت دەکەن. ئەم نیشانانە پێوەندی بە هێپاتیتەوە نییە.

هه صگرانیهێپاتیت دەبێ ئەم خالآنەی خوارەوە ذەچاوکەن:

- بۆ ذوونکردنەوەی چۆنیەتی کارکردنی جگەریان بۆ پشکنین و موعایەنە هەر شەش مانگ جارێک سهردانی پزیشک بکەن.
- تەواوی ئەندامی بنەماصەیان دەبێ واکسەنی هێپاتیتی «بی» یان لێبدرێ.
- ئەگەر چوونە لای دوکتۆری ددان، تاقیگە، پزیشک و هەر جێگایەک کە مەترسی گواستنەوەی ضایرۆس بۆ کەسێکی‌تر هەیە، حەتمەن ئەو کەسانە لە بوونی ضایرۆس لە جە ستە ی خۆیاندا ئاگادار بکەنەوە.
- لە خواردنەوەیمە شذوباتی ئەلکولی و کێشانی جگەرە دووری بکەن.
- لە خوێن بەخشین دووری بکەن.
- کەسانی قەصەو تێبکۆشن تا وەکوو کێشی خۆیان کەمکەنەوە.
- لە شتومەکی شەخسی وەکوو تیغ، میسواک، سرنج، ذیشتراش و خاولی هەر هی خۆیان بهکاربێنن نهک هی کەسێکی‌تر.

دەرمانیهێپاتیتی «بی»

هێپاتیتی درێژخایەن (مزمن) پێویستی بە دەرمانکردنە و بە دەرمان دەکرێ بێتە حاصەتی ناچالاکو(غیرفعال). ئەگەر ئەم حاصەتە دەرمان نەکرێ لە وانەیە ببێتە سیرۆز (تەنبەصی جگەر). دوای تەشەنەکردنی سیرۆز لە بڕێک بارودۆخدا دەرمانپەیوەندکردنی جگەرە.

ئەو دەرمانانەی لە بازاردا بۆ هێپاتیتی بی وە دە ستدەکەون بریتین لە:

دەرزی ئینترفیرۆن(دهرزی ئاسایی و پەگ)، دەرمانی خۆراکیشوەکوو لامیۆودین، ئادۆفۆویر، ئینتاکاویر و تێنافاویر. بۆ بڕیاردان لەسەر دەرمانینەخۆش دەبێ وەزعی نەخۆشەکە و تەحە موولکردنی دەرمانەکە ڕەچاو بکرێ.ماوەی دەرمانیش بە ئینترفیرۆن ۶ مانگ تا ساڵێکە و دە رمانی خۆراکیش زیاتر لە ۵ ساڵە. ماوەی دەرمان پزیشک دیاری دەکا.

نەشتەرگەری جگەر:هێپاتیتی «بی» دەتوانێ جگەر لە کاربخا.ئەگەر ئەمە ڕوو بدات جگەری نوێ بۆ ئەو نەخۆشە پێویستە کە ئەم نەشتەرگەرییە پەیوەندی جگەری پێدەکوترێ. ئەم عەمەلیاتە بریتییە لە دەرهێنانی جگەری نە خۆش و لە کارکەوتوو و دانانی جگەری نوێ و ساغ لە جێگاکە ی کە لەکەسێکە وەوەرگیراوە.

واکسەنوەشاندن:

باشترین ڕێگای بەرگری لە نەخۆشیهێپاتیتی «بی» وەشاندنی واکسەنە. بەو هۆیەوە بۆ تەواوی کۆرپەلە و کە سانی جێیمەترسی ئەم واکسەنە لێ دەدرێ.واکسەنی هێپاتیتی «بی» لە سێ نوبەدا بە ماوەی مانگێک و ۶ مانگدوای هەوەڵوەشاندن (۶–۱–۰) لێدەدرێت. واکسەن لە ماسوولکەی باص(بازوو) دەدرێ. ئەگەر لە سمت بدرێ کاریگەری کەمدەبێتەوە. پێشنیار دەکرێ ئانتیبادی دژیهێپاتیتی بی یەک تا سێ مانگ دوای تەواوبوونی نۆبەکان بە تاقیکردنە وە ی خوێن پشکنینی بۆ بکرێ.

کێن ئەوانەی دەبێ واکسەنی هێپاتیتیبێ بوەشێنن؟

- هەموو کۆرپەی تازهلەدایکبوو.
- منداڵانی چکۆلەتر لە ۹ ساص (کۆمیتەی پێشنیارەدەری واکسەن لە ئەمریکاپێی باشە تەواوی کەسانی تەمەن کەمتر لە ۱۸ ساڵ واکسەن بوەشێنن).
- کارمەندانی تەندروستی و دەرمانی کە لەگەص خوێن و بەرهەمە خوێنیە کانیآن لەگە ص دەرزی و کەرهسەی ضایرۆساوی سەروکاریان هەیە، وەکوو ئەم کەسانە: پزیشکان؛ نەشتەرگەران؛ پەرستاران؛پزیشکی ددان؛ یاریدەریپزیشکی ددان؛ ددانسازو خوێندکارانی پزیشکی؛ کارمەندانی دیالیز و تاقیگەکان و بانکی خوێنو دایرەی خوێنبەخشین و ئەو کەسانەی لە کە سانیبیرکۆص پەرەستاری دەکەن.ئەمانە گڕوویی پذمەترسییان پێدەکوترێ. وەشاندنی سێ وادەی واکسەنی هێپاتیتی «بی»و پشکنینی

ئانتیبۆدیهێپاتیتی «بی» یەک تا سێ مانگ دوایی زەروورییە.

- هاوسەر، مناص، باوکو دایک و تەواوی ئەوانەی وا لەگەص کەسیهەصگریهێپاتیتدا دەژین (واباشترە هەر ۵ ساڵ جارێک پشکنینیان بۆ بکرێت).
- ئەو نەخۆشانەی خوێنیان بۆ تێدەکرێتەوەوەکوو:هێمۆفیلی، تالاسێمی، دیالیزی و ئەوانەی موعتاد بە دەرزی سڕکەرن.

چەند تێبینی لە بارەی واکسەندا:

ئەم واکسەنە عاریزەی زۆر کەمە و تەنیا سووربوونەوە و کزانەوەی جێگای وەشاندنە کە لە بڕێک کەسدایە. لێدانی واکسەنی تێو بازار بۆ هەصگرەکان پێشنیار ناکەین. ئەندامی بنەماصە ی هەصگرانی ضایرۆس دەبێ پێش وەشاندنی واکسەن پشکنینیهێپاتیت بکەن. ئەگە ر قەترەی خوێن یان پذیشکەی ئاوی بەدەنی کەسانی تووشبوو پڕژایە چاوی کەسێک، دەبێ ئیمۆنۆگلوبولینی تایبەتی دژ بەهێپاتیتی «بی» بوەشێندرێ و تەزریقیدووبارە ۵ ساص پاش وەشاندنی کامصی واکسەنە کە پێویست ناکا.

چەند تێبینی:

- هەصگرانیهێپاتیتی «بی» دەتوانن هاوسەرگیری بکەن، بەڵآم هاوسەرەکەیان دەبێ واکسەن بوەشێنێ و لە تەئسیری واکسەنەکە دڵنیابێت. مەترسی گواستنە وهی نەخۆشی لە ژیانێکی ژنو مێردایەتی تەندروستدا زۆر زۆر کەمە.
- پشکنینی تەواوی ژنانی سکپڕ بۆ هێپاتیتی «بی» زهروورییە تا ئەگەر تووشبووبن، بۆ منداصەکە بەرگەری بکرێ.
- واباشترە دایکانی تووشبوو بەو نەخۆشییە کە منداصیان هەیە نەیەصن سکیان پڕ بێ.
- هەصگرانی هێپاتیت دەتوانن وەکوو باقی خەصکی ژیان بەسەر بەرن.
- خوێنبە خشین بۆ پشکنینیئەم نەخۆشییەنە کرێ باشە، بەصکوو تەنیا بە تاقیکردنەوەی خوێن لە تاقیگە پشکنینی بۆ بکرێ.
- ئەگەر یە کێک لە ئە ندامانی بنەماصەHbsAgی ئەرێنیتێدا بینرا، دەبێ خوشک و برا، هاوسە ر و منداڵآن و دایک و باوکی ئەو کەسە پشکنینیان بۆ نەخۆشییەکە بۆ بکرێ.
- واباشە تاقیکردنەوەی خوێن بەر لە وەشاندنی واکسەنە کە بکرێ.
- بایوپسی جگەر لە تووشبوانیهێپاتیتی حاد و هەصگراندا نەکرێ باشترە.بەڵآم بۆ هێپاتیتی درێژخایەن زانیاری بەکەصک دەداتە پزیشک. لە ئێستادا کردنی لە ئامێری پێشکە وتوو و کەمخەتەر (ناپەلهاوێژ) و بێ ئێش و بە ڤادەی دیقەتی زۆر بە ئێوی«فایبرۆئیسکەن» کەصک وەردەگیرێ.

ئەوانەی خوازیاری زانیاری زیاترن کتێبی ڕێنمایی تۆکمە ی هێپاتیتی «بی» بۆ هەموو جەماوەر بخوێننەوە.

MELDcenter

هێپاتیتی بی

Hepatitis B Virus

www.meldcenter.com

دوکتور سە ید موئە ید عە لە ویان
پڕۆفیسور و فە وقی تە خە سوسی نە خۆشییە کانی جگە ر
سە رۆک و دامە زرێنە ری بنکە کانی نە خۆشی جگە ر