

ሂፕታይተስ ሲ HEPATITIS C

ሂፕታይተስ ሲ ምንድን ነው? (What is Hepatitis C?)

- ሂፕታይተስ ማለት የጉበት ብግነት (ህመምና አብጠት) ማለት ነው።
- ሂፕታይተስ በኬሚካሎች፣ በእጾች፣ ከመጠን በላይ አልኮል በመጠጣት ወይም በቫይረስ ሊመጣ ይችላል።
- ሂፕታይተስ ሲ የሚመጣው በሂፕታይተስ ሲ ቫይረስ ነው። ይህ ቫይረስ ብዙ የተለያዩ ዝርያዎች አሉት።
- በዚህ ቫይረስ ከተያዙት መሃል አንድ አራተኛ ከሚሆኑ ሰዎች ቫይረሱ ከሰውነታቸው ሙሉ በሙሉ በሰድስት ወር ውስጥ ሊጠፋ ይችላል።
- የተቀሩት ደግሞ እድሜ ልካቸውን የቫይረሱ ተሸካሚ ይሆናሉ። አንዳንዶቹ ከብዙ ዓመታት በኋላ ጉበታቸው ይጎዳል ወይም የጉበት ካንሰር ይደካቸዋል።

ሂፕታይተስ ሲ ምልክቶች ምንድን ናቸው? (What are the symptoms of Hepatitis C?)

በሂፕታይተስ ሲ ከተያዙ የበሽታው ምልክቶች ብዙውን ጊዜ የሚታዩት ከብዙ ዓመታት በኋላ ነው። የህመሙ ምልክቶች የሚከተሉትን ይጨምራል፤

- ድካም ይሰማል
- የምግብ ፍላጎት ይቀንሳል
- ማቅለሽለሽና ማስመለስ
- የቀኝ ጎድን አጥንቶች ከሰራቸው በኩል ይቆሰላሉ
- ትኩሳት
- የመጋጠሚያ (የአንጓ) ህመም
- የፀባይ መለዋወጥና የአእምሮ ጭንቀት/ጫና

ሂፕታይተስ ሲ እንዴት ነው የሚሰራጨው? (How is hepatitis C spread?)

የሂፕታይተስ ሲ ቫይረስ የሚገኘው በበሽታው በተያዘ ሰው ደም ውስጥ ነው። ቫይረሱ እንደሚከተለው ሊሰራጭ ይችላል፤

- ንጹሕ ባልሆኑ የመርፌ መውጊያ መሳሪያዎች፣ በቀይ ሕክምና፣ ጥርስ ሲነቀል፣ ወይም በመነቀስ
- የሂፕታይተስ ሲ ቫይረስ ያለው የሰው ደም ሲሰጥዎት። በአውስትራሊያ ውስጥ ለሰዎች የሚሰጥ ማንኛውም ደም (Blood transfusion) ከሂፕታይተስ ሲ ነፃ ለመሆኑ ይመረመራል።
- ሂፕታይተስ ሲ ያለው ሰውን እቃዎች ለምሳሌ ምላጫና የጥርስ ብሩሹን (ደም ያለበት ሊሆን ይችላል) በመጠቀም።
- ሂፕታይተስ ሲ ተሸካሚ የሆነች ሴት በእርግዝናዋ ወቅት ወይም በወሊድ ጊዜ ቫይረሱ ወደ ሕፃኑ ልጅ ሊሰራጭ ይችላል። እናትየዋ በበሽታው የተያዘችው በቅርብ ጊዜ ከሆነ በሽታው ወደ ልጇ የመተላለፍ አደጋ ከፍተኛ ይሆናል። በእናት ወተት ውስጥ ደም እስካልኖረ ድረስ ጡት በማጥባት ሂፕታይተስ ሲ ይተላለፋል የሚል ስጋት አይኖርም።
- ሂፕታይተስ ሲ በግብረ ስጋ ግንኙነት የመተላለፍ አደጋ በጣም ዝቅ ያለ ነው፤ ይሁን እንጂ ደም ከነካዎት የመያዙ አደጋ ከፍተኛ ያለ ነው።

ሂፕታይተስ ሲን እንዴት ነው መመርመር የሚቻለው? (How is hepatitis C diagnosed?)

- በሂፕታይተስ ሲ ቫይረስ ተያዘው ከሆነ በደም መርመራ ማወቅ ይቻላል። በሂፕታይተስ ሲ ቫይረስ መያዝን በደም ምርመራ ማወቅ የሚቻለው በቫይረሱ ከተያዙ እስከ ሰድስት ወር ከቆዩ በኋላ ነው።
- የደም ምርመራው በተጨማሪም ቫይረሱ ከሰውነትዎ ውስጥ ሙሉ በሙሉ ጸድቶ እንደሆነ ያሳያል።
- ቫይረሱ ከሰውነትዎ ውስጥ ሙሉ በሙሉ የተወገደ ቢሆንም እንኳን የሂፕታይተስ ሲ አንታይ-ቦዲስ (በሽታ እንዳይዘን የሚዋጉ ፕሮቲኖች) በደም ውስጥ ይገኛሉ።
- የሂፕታይተስ ሲ አንታይ-ቦዲስ ካሉና ቫይረሱ ከሰውነትዎ ውስጥ ጠርቶ ካልተወገደ ዶክተርዎ ወደ ስፔሻሊስት ዶክተር ወይም ክሊኒክ እንዲሄዱ ወረቀት ይጽፍልዎታል።

ሂፕታይተስ ሲን ማከም የሚቻለው እንዴት ነው? (How is hepatitis C treated?)

- የሕክምናው ዋና ዓላማ ሂፕታይተስ ሲን ከሰውነትዎ ጨርሶ ለማስወገድ ነው። ሕክምናው ከ 6 እስከ 12 ወር ይወስዳል። ይህም የሚካሄደው ብዙውን ጊዜ በሰፊ ሻል የጉበት ክሊኒኮች ነው።

የሂፕታይተስ ሲ በሽተኛ ከሆኑ የሚከተሉትን በማድረግ ትንሽ ሻል ሊሎት ይችላል፤

- አልኮል መጠጣት ማቆም
- የተመጣጠነ ስብ ያልበዛበት ምግብ መመገብ
- ሳያቋርጡ መደበኛ የሰውነት አንቅስቃሴ ማድረግ
- ሲደክሞት እረፍት ማድረግ

ሳያቋርጡ ወደ ቤተሰብ ይክተሩ ጋ በመሄድ መደበኛ ምርመራ ማካሄድ በጣም ጠቃሚ ነው።

ሂፕታይተስ ሲ እንዳለብኝ ለሰው መንገር ይኖርብኛል? (Do I have to tell anyone if I have hepatitis C?)

ደም የሚለግሱ ወይም የሕይወት ኢንፎርሬሽን ለመግባት የሚያመለክቱ አስካልሆነ ድረስ ሂፕታይተስ ሲ እንዳለብዎት ለሰው የግድ መንገር የለብዎትም።

ተጨማሪ ማብራሪያ ማግኘት ይችላሉ።

ተጨማሪ ማብራሪያ ከሚከተለው ማግኘት ይችላሉ፤ (Further information is available from)