# શું હું હેપટાઈટીસ બીનું જોખમ ધરાવું છું?

**તે શું છે?**

હેપટાઈટીસ બી એ વાયરસ છે જેનાથી યકૃતમાં ચેપ લાગે છે અને ગંભીર યકૃત રોગ થઇ શકે છે. યકૃત એ મહત્વનો ભાગ છે અને તે આહાર અને નુકશાનકારક રસાયણના પાચન, આવશ્યક પ્રોટીન્સ તૈયાર કરવા અને આવશ્યક વિટામિન્સ, મીનરલ્સ, આયર્ન્સ અને સુગર્સના સંગ્રહ માટે જવાબદાર છે.

**તે કેવું સામાન્ય છે?**

કોઇપણ સમયે વિશ્વમાં આશરે 350 મિલીયન લોકો હેપટાઈટીસ બીથી ચેપગ્રસ્ત છે.

ઇંગ્લેન્ડ અને વેલ્સમાં પ્રતિવર્ષ આશરે 600 – 800 નવાં કેસો નોંધાય છે, જેમાં માત્ર વેલ્સમાં જ પ્રતિવર્ષ 50 – 60 કેસો હોય છે. અન્ય દેશોની સરખમાણીએ નોંધાયેલ કેસોની સંખ્યા ઓછી છે પરંતુ ઘણાં લોકોને રોગ હોઇ શકે છે અને તેના વિશે ખબર હોતી નથી.

**લક્ષણો શું છે?**

હેપટાઈટીસ બીનો ચેપ ઘણાં લોકોને હોય છે તેઓને ખબર નથી કે તેઓ ચેપગ્રસ્ત છે કારણ કે તેના કોઇ લક્ષણો તેઓ ધરાવતા નથી. અન્યને વિસ્તૃત લક્ષણોનો અનુભવ થાય છે જ્યારે તેઓને પ્રથમ વખત ચેપ લાગે છે. ફ્લુ-જેવી બિમારી, ખૂબ થાક, ભૂખ ઘટવી, ચામડી અને આંખો પીળી પડવી (કમળો); અને/અથવા ઘટ્ટ પેશાબ જેવા લક્ષણોનો સમાવેશ થાય છે. ચેપ ધરાવતી કોઇપણ વ્યક્તિ તેનું અન્યમાં વહન કરી શકે છે, પછી ભલે તેઓ કોઇ લક્ષણો ધરાવતા ન હોય અથવા તેમને ખ્યાલ ન હોય કે તેઓ ચેપગ્રસ્ત છે. હેપટાઈટીસ બી સામાન્ય રીતે લોહી તપાસ દ્વારા ઓળખી શકાય છે.

## હેપટાઈટીસ બી વિશે થોડી વધુ માહિતી

મોટા ભાગના લોકો જે પુખ્ત વયે ચેપગ્રસ્ત થાય છે, તેઓ ચેપમાંથી સંપૂર્ણપણે સાજાં થઇ જાય છે. તેમ છતાં, દરેક 100 લોકોમાંથી ચેપગ્રસ્ત હોય છે:

- 1 વ્યક્તિ ચેપ બાદ તુરંત તીવ્ર યકૃત નિષ્ફળતાથી પીડાય છે; અને
- આશરે 5 વ્યક્તિઓને આગળ જતાં લાંબા ગાળાનો ચેપનો વિકાસ થાય છે – જેઓ ચેપના વાહક બનીને અન્યોમાં ચેપનું વહન કરે છે. આ વાહકોમાંથી આશરે 1 ને જીવનના પછીના ભાગમાં ગંભીર યકૃત રોગ થાય છે.

હેપટાઈટીસ બી નો ચેપ ધરાવતા બાળકો વધુ સંભવિત રીતે વાયરસના વાહક બને છે, પરંતુ તુરંત ચેપના લક્ષણો પુખ્તોની સરખામણીએ ઓછા પ્રદર્શિત કરે છે. ઘણીવાર ચેપગ્રસ્ત બાળક તેના/તેણીના જીવનમાં વાયરસનું વહન કરશે અને વધુ સંભવિત રીતે લાંબા ગાળે ગંભીર યકૃત રોગ તેમને થશે.

હજુ હેપટાઈટીસ બી નો કોઇ ઉપચાર નથી પરંતુ અમુક સારવાર છે જે યકૃતને વધુ ખરાબ થવાથી અને વાયરસના વધવાથી થતા યકૃત નુકશાનને અટકાવવામાં મદદ કરે છે. આ સારવારની અસરોમાં વ્યક્તિગત તફાવત હોય છે.

ચેપી હેપટાઈટીસના અન્ય પ્રકારો છે, જેમ કે હેપટાઈટીસ એ અને હેપટાઈટીસ સી, અને તેઓ હેપટાઈટીસ બીથી અલગ છે.

**લોકો કેવી રીતે ચેપગ્રસ્ત થાય છે?**

ચેપગ્રસ્ત લોકોના લોહીમાં અને અન્ય શરીર પ્રવાહીઓમાં હેપટાઈટીસ બી વાયરસ હાજર હોય છે. તે ખુબ ચેપી છે. એક વ્યક્તિમાંથી બીજી વ્યક્તિને ચેપ ફેલાવાના મુખ્ય માર્ગો આ મુજબ છેઃ

- ગર્ભનિરોધી આવરણનો ઉપયોગ કર્યા વિના ચેપગ્રસ્ત વ્યક્તિ સાથે જાતિય સંબધ બાંધવો (સ્ત્રી / પુરૂષ અને પુરૂષ / પુરૂષ સંભોગ). શરીર પ્રવાહીમાં વાયરસ હોય છે આથી આ જોખમ છે;
- ચેપગ્રસ્ત માતામાંથી તેના બાળકને;
- દવા ઇન્જેક્શન સાધનો સહિયારા વાપરવાથી (સોય, સિરીન્જ, ચમચી, પાણી અને ફિલ્ટર્સનો સમાવેશ થાય છે);
- ટુથબ્રશ, રેઝર અથવા ટેટુ અને શરીર છુંદણા માટેના સાધનોના સહિયારા ઉપયોગથી જો તેને યોગ્ય રીતે સાફ કરવામાં આવ્યા ન હોય તો; અથવા
- લોહીથી લોહીનો સંપર્ક દ્વારા (ઉદાહરણ તરીકે દૂષિત લોહી અથવા લોહી ઉત્પાદનો મેળવવાથી).

## કોણ જોખમ ધરાવે છે?

નીચેના સમૂહના લોકો હેપટાઈટીસ બીના ચેપગ્રસ્ત થવાનું વિશેષ જોખમ ધરાવી શકે છે:

- ચેપગ્રસ્ત માતાને જન્મેલ બાળકો;
- ચેપગ્રસ્ત હોય તેના સાથીદાર, બાળક, અથવા ઘરના સભ્ય;
- તેઓ જ્યાં કામ પર હોય ત્યાં શરીરના ચેપગ્રસ્ત પ્રવાહી સાથે સંપર્કમાં આવી શકાય, ઉદાહરણ તરીકે ડોકટર્સ, નર્સો, ડેન્ટિસ્ટ્સ, જેલ અધિકારી, અથવા પોલીસમેન;
- વારંવાર જાતીય સાથીદાર બદલાવતા હોય તેવા કોઇપણ, ખાસ કરીને જો તેઓ હંમેશા ગર્ભનિરોધી આવરણનો ઉપયોગ કરતા ન હોય; અથવા
- દવાના ઇન્જેક્શન લેતા હોય અને સહિયારા ઇન્જેક્શન સાધનો ઉપયોગ કરતા હોય તેવા કોઇપણ.

જો તમે વિચારતા હો કે તમારા અથવા તમારા પરિવારમાં કોઇ પર, વિશેષ જોખમ છે તો તમારા ડોકટર, પ્રેક્ટીસ નર્સ, અથવા જેનીટો-યુરીનરી મેડિસીન (જીયુએમ) ક્લીનીક સાથે તેની ચર્ચા કરવી જોઇએ.

હેપટાઈટીસ બી જ્યાં સામાન્ય હોય તેવા કોઇ દેશમાં જો તમે મુસાફરી કરતા હો તો પણ તમે વિશેષ જોખમ ધરાવો છો. તમારા જીપી, પ્રેક્ટીસ નર્સ, અથવા ટ્રાવેલ ક્લીનીક સાથે તમે રસીકરણની આવશ્યકતાની ચર્ચા કરી શકો છો જેઓ રસીકરણ પર અને વધુ જોખમી કાર્યો જે વિદેશગમન દરમિયાન ટાળવા જોઇએ તેના વિશે સલાહ આપી શકશે.

**હેપટાઈટીસ બી ચેપથી શું હું સુરક્ષા મેળવી શકુ છું?**

હા. ખુબ અસરકારક રસી ઉપલબ્ધ છે. જો તમે માનતા હો કે તમે હેપટાઈટીસ બીનું વિશેષ જોખમ ધરાવો છો તો તમારા જીપી, પ્રેક્ટીસ નર્સ, અથવા સ્થાનીક જીયુએમ ક્લીનીક સાથે વાત કરો. તમારે સુરક્ષા માટે તમારે રસીકરણ કરાવવું જોઇએ કે કેમ તેનો નિર્ણય લેવા માટે અને તમારા જોખમો કેમ ઘટાડવા તેના વિશે માર્ગદર્શન આપવામાં તેઓ તમારી મદદ કરશે.

## હેપટાઈટીસ બી રસીકરણ શું છે?

હેપટાઈટીસ બી રસીકરણ સામાન્ય રીતે 3 ઇન્જેક્શનના કોર્સમાં આપવામાં આવે છે. આ રસી ખુબ સુરક્ષિત છે અને વિશ્વના ઘણા દેશો બાળક રોગપ્રતિકારકશક્તિ કાર્યક્રમમાં રસીનો સમાવેશ કરે છે. સંપૂર્ણ સુરક્ષા માટે તમે આખો કોર્સ પૂર્ણ કરો તે મહત્વનું છે.
જો તમે માનતા હો કે તમે હેપટાઈટીસ બીનું વિશેષ જોખમ ધરાવો છો તો તમારા જીપી અથવા પ્રેક્ટીસ નર્સ સાથે વાત કરો. અથવા તો ખાનગી, ગુપ્ત સલાહ અને તપાસ માટે તમારા સ્થાનિક જીયુએમ ક્લીનીકનો સંપર્ક કરો.

## હું વધુ માહિતી ક્યાંથી મેળવી શકીશ?

તમે NHS Direct Wales (એનએચએસ ડાયરેક્ટ વેલ્સ) ને અહીં ફોન કરી શકશો
0845 46 47
અથવા
Public Health Wales (પબ્લીક હેલ્થ વેલ્સ)ની વેબસાઇટની અહીં મુલાકાત લો:
www.publichealthwales.wales.nhs.uk/

અથવા અહીંથીઃ

The British Liver Trust (ધી બ્રિટીશ લીવર ટ્રસ્ટ)
2 Southampton Road, Ringwood, BH24 1HY
ફ્રિ હેલ્પલાઇન: 0800 652 7330
સામાન્ય પૂછપરછો: 01425 481320
ફેક્સ: 01425 481335
ઇમેઇલ: info@britishlivertrust.org.uk
www.britishlivertrust.org.uk
© Crown Copyright 2010 E749