World Health Organization
Country Office for Myanmar

အသည်းရောင်အသားဝါ(ဘီ)

ရောဂါအကြောင်းသိကောင်းစရာ

- အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါသည် အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့် ဖြစ်ပွားသော အသည်းရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်ပြီး ရုတ်တရက်ဖြစ်သော အသည်းရောင်ရောဂါနှင့် နာတာရှည်အသည်းရောဂါဟူ၍ (၂) မျိုးဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။
- Global Hepatitis Report (2017) အရ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံထားရသူ စုစုပေါင်း (၂၅၇) သန်း ရှိပါသည်။
- ၂၀၁၅ ခုနှစ် စစ်တမ်းအရ မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူဦးရေ စုစုပေါင်း၏ ၆.၅၁% ခန့်သည် အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါခံစားနေရပါသည်။
- အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါ၏ နောက်ဆက်တွဲ ပြဿနာများအဖြစ် အသည်းခြောက်ခြင်းနှင့် အသည်းကင်ဆာရောဂါတို့ ဖြစ်စေတတ်ပြီး အသက်သေဆုံးနိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- ဖျားခြင်း၊ မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း။
- အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ဗိုက်အောင့်ခြင်း။
- ဆီးအရောင်ရင့်ခြင်း။
- အသားဝါခြင်း၊ မျက်လုံးဝါခြင်း။
- အဆစ်အမြစ်များ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း။

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါပိုး ကူးစက်နိုင်သော နည်းလမ်းများ

ရောဂါပိုးရှိသောမိခင်မှကလေးသို့ ကလေးမွေးဖွားစဉ်တွင် ကူးစက်ခြင်း (ကူးစက်နိုင်ခြေအများဆုံး)

ရောဂါပိုးကူးစက်ခံထားရသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊

ရောဂါပိုးပါဝင်နေသော သွေး၊ ခန္ဓာကိုယ်မှထွက်သော အရည်များ၊ တံတွေးများ၊ ရာသီသွေးများ၊ မိန်းမကိုယ်မှ ထွက်သော အရည်များ၊ ယောက်ျားသုတ်ရည် စသည်တို့နှင့် ထိတွေ့မိခြင်း၊

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ပိုးပါသော သွေးသွင်းမိခြင်း၊

ရောဂါပိုးပါသောအပ်များဖြင့် ဆေးထိုးခြင်း၊ သွေးဖောက်ခြင်း၊ နားဖောက်ခြင်း၊ အပ်စိုက်ခြင်း၊ ဆေးမင်ကြောင်ထိုးခြင်း၊

ရောဂါပိုးရှိသောသူနှင့် သွားတိုက်တံ၊ သွားကြားထိုးတံ၊ မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓား အတူတူသုံးခြင်း၊

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံရနိုင်ခြေရှိသူများ

- မကြာခဏ သွေးသွင်းကုသမှုခံယူရသူများ၊
- နာတာရှည်ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိ၍ ကျောက်ကပ်ဆေးရလေ့ရှိသူများ၊
- ကိုယ်တွင်းအင်္ဂါ အစားထိုးကုသမှုခံယူရသူများ၊
- မူးယစ်ဆေးဝါးသွေးကြောအတွင်းသို့ ထိုးသွင်းလေ့ရှိသူများ၊
- ရောဂါပိုးကူးစက်ခံထားရသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံမှုရှိသူများ၊
- လိင်ဆက်ဆံဖော် များသူများ၊
- လုပ်ငန်းခွင်တွင် သွေး(သို့) သွေးနှင့်ဆက်စပ်ပစ္စည်းများဖြင့် ထိတွေ့မှုရှိသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါကာကွယ်နိုင်သောနည်းလမ်းများ

- ✓ **အကောင်းဆုံးနည်းလမ်း** - အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ပိုး ကူးစက်မခံရအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေး (Hepatitis B Vaccine) ကို အကြိမ်ပြည့်ထိုးနှံရန် ၊
- ✓ **ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ အကြံပြုချက်** - မွေးကင်းစကလေး အားလုံးကို မွေးဖွားပြီး (၂၄) နာရီအတွင်း အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံရန်၊
- ✓ မလိုအပ်ဘဲဆေးထိုးခြင်းများမှ ရှောင်ကြဉ်ရန်၊
- ✓ ရောဂါပိုး (Malaria, HIV, Syphilis, HCV နှင့် HBV) ကင်းစင်ကြောင်း စစ်ဆေးထားပြီးဖြစ်သော သွေးကိုသာသွင်းရန်။

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ပိုး ကာကွယ်ဆေး မထိုးနှံရသေးသူတိုင်း ထိုးနှံထားသင့်သည်

အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါ ကုသခြင်းနည်းလမ်းများ

- လုံလောက်စွာအနားယူပါ၊ အနားယူခြင်းသည် အဓိကကုထုံး ဖြစ်သည်။
- အရက်သောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- အာဟာရပြည့်ဝစွာ စားသောက်ပါ။
- မောပန်းနွမ်းနယ်စေသော အလုပ်များကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- သောက်ဆေး (Tenofovir သို့မဟုတ် Entecavir) ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ထိုးဆေး (Interferon) ဖြင့်လည်းကောင်း ကုသနိုင်သည်။ သို့ရာတွင် အဆိုပါဆေးများသည် အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါအား အမြစ်ပြတ်ပျောက်ကင်းအောင် ကုသခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ ရောဂါပိုးများ ထပ်မံပွားများခြင်းမရှိအောင် ဟန့်တားထားခြင်းသာ ဖြစ်သည့်အတွက် တစ်သက်တာလုံး ဆရာဝန်ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆေးသောက်သုံးရန် လိုအပ်ပါသည်။