



အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)

ဤပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမှုတွင်ပါသော အချက်အလက်များတိကျမှန်ကန်ရန်အတွက်အစွမ်းကုန်ဆောင်ရွက်ထားသော်လည်း၊ ဆေးပညာရှင်များ၏အကြံဉာဏ်ကိုအစားမထိုးနိုင်ပါ။ သင့်ကျန်းမာရေးအတွက် စိုးရိမ်မှုများရှိလျှင်၊ ကျန်းမာရေးပညာရှင်တစ်ဦးကိုသွားတွေ့ပါ။ သင်နောက်ထပ်အချက် အလက်များ ရနိုင်သည့်နေရာများစာရင်းကို အောက်တွင်ထည့်သွင်းထားပါသည်။

အသဲရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ဆိုတာဘာလဲ။

အသည်းရောင်ရောဂါ ဆိုသည်မှာ အသည်း၌ နာမကျန်းမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်းကို အသည်းရောင်ရောဂါဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများ ဖြစ်သော အေ၊ ဘီ၊ စီ၊ ဒီ၊ အီးနှင့်ဂျီ၊ အရက်၊ အ ချို့၊ ဓါတုပစ္စည်းများနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးတို့ က ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ကို သင်ဘယ်လိုရရှိသလဲ။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကို ရောဂါပိုးရှိသူများ၏မစင်ထဲတွင်တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ များသောအားဖြင့် ရောဂါပိုးရှိသူများနှင့် လက်ပွန်းတတီးရှိလျှင်၊ သို့မဟုတ် ပိုးရှိသော (မသန်သည့်)အစာနှင့်ရေတို့ကိုသောက်သုံးလျှင် ကူးစက်စေပါသည်။

ဖြစ်နိုင်ခြေအများဆုံးလူများမှာ-

- အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ရှိထားသူနှင့် တစ်အိမ်ထဲနေသူများ၊
- သန့်ရှင်းမှု- အထူးသဖြင့်လက်ဆေးမှု -လုပ်လေ့မရှိသူများ၊
- လုပ်ငန်းခွင်ရှိလူများသည် ၎င်းနေရာမှ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကို သူတို့ထိတွေ့နိုင် ကောင်းထိတွေ့နိုင်သည်။ ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် မိလ္လာ အလုပ်သမားများ အပါအဝင်ဖြစ်သည်။
- အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) အဖြစ်များသည့် အခြားနိုင်ငံများသို့ ခရီးသွားသည့်လူများ

ကလေးငယ်များမှာ အချင်းချင်း အနီးကပ် ထိတွေ့မှုများသည့်အတွက်၊ အထူးသဖြင့်အနီးထပ်ထားဆဲဖြစ်လျှင်၊ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ကူးစက်ပြန့်ပွားမှု လွယ်ကူပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) လက္ခဏာ နှင့် ရောဂါအထောက်အထား များမှာ ဘာတွေလဲ။

ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထားများမှာ ကူးစက်ရရှိပြီးနောက် ၄ ပါတ်ခန့်အကြာတွင်ပေါ်လာလေ့ရှိပါသည်။ ဖြစ်လေ့ရှိသော ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထားများတွင် အောက်ပါတို့ပါ ဝင်ပါသည်။

- မောပန်းခြင်း၊
- ခန္ဓာကိုယ် ကိုက်ခဲခြင်းနှင့်နာကျင်ခြင်း၊
- အဟာရပျက်ခြင်း၊
- ပျို့ခင်း နှင့် အော့အန်ခြင်း၊
- ကိုယ်ပူခြင်း နှင့် အေးစိမ့်ခြင်း၊
- အစာအိမ်အပေါ်ပိုင်း-များသောအားဖြင့် ညာဘက်ပိုင်း၌နာခြင်း၊
- မျက်လုံး သို့မဟုတ် အသားအရေဝါလာခြင်း (အသားဝါ)။

ကလေးငယ်များတွင် များသောအားဖြင့် လက္ခဏာများမရှိသော်လည်း၊ ပိုကြီးသည့်ကလေးများ နှင့် လူကြီးအများဆုံးမှာ ရှိပါသည်။

လက္ခဏာများမှာ များသောအားဖြင့် အပါတ်အနည်းငယ်ကြာသော်လည်း၊ မောပန်းခြင်းကိုပိုကြာရှည် ခံစားရနိုင်ပါသည်။ သင်နှင့်သင့်ကလေး တွင်



အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)

ဤသို့သော ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထား များရှိလာလျှင်၊ သင့် ဆရာဝန်ထံသွေးသွားစစ်ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ကြောင့်သေဆုံးမှုဖြစ်ခဲ့သော်လည်း၊ အချို့လူများမှာအလွန်နေမကောင်းဖြစ်စေပါသည်။

ကျွန်ုပ်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ရှိမရှိ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ။

လူနာ၏ ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထားများအပေါ်တည်၍ သွေးစစ်မှုတစ်ခုဖြင့် အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) အပေါ်ကိုယ်ခံအား ပြသည့် IgM အရ ရောဂါ ရှိ မရှိသတ်မှတ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၌ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ရှိနေလျှင် ဘာလုပ်ရမလဲ။

သင့်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ရှိနိုင်သည်ထင်လျှင် သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် သင်ရွေးထားသည့်ဆရာဝန်တစ်ဦးထံ အမြန်ဆုံး သွားတွေ့ပါ။

ကျွန်ုပ်အလုပ်ကိုသွားနိုင်သေးလား။

အစားအစာ သို့မဟုတ် သောက်စရာများကို လုပ်ငန်းအရကိုင်တွယ်သူများ၊ ကလေးထိန်းနှင့်ကျန်းမာရေးပြာည့်ရှုသူဝန်ထမ်းများ၊ နှင့်ရေကူး သင်တန်းပို့ချသူများသည်အသားဝါဖြစ်ပြီးနောက် အနည်းဆုံးတစ်ပါတ်အလုပ်သို့မသွားရန်လိုပါသည်။ သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် သင်ရွေးထားသည့်ဆရာဝန်ကို မေးပါ။

ကျွန်ုပ်ဘယ်လိုဆေးကုရမလဲ။

သင့်မိသားစုဆရာဝန်သို့မဟုတ် သင်ရွေးထားသည့် ဆရာဝန်ကို မေးပါ။ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)အတွက်အထူးကုသမှုမရှိပါ။လူအများ စုသည် လအနည်းငယ်ပြာပြီးနောက်အလိုလိုသက်သာပျောက်ကင်းသွားကြသည်။သို့သော်လည်း၊ အချို့ပိုကြီးသည့်ကလေးများ နှင့် လူ ကြီး များမှာ ဆေးရုံတက်ရန်လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ နားစက်မှုများယူပြီးကောင်းမွန်စွာစားသောက်ခြင်းကအထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ သင့်တွင်နောက် ထပ်တစ်ခါ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ကို မရရှိနိုင်တော့ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ရောဂါရရှိဖို့နည်းအောင်ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရမလဲ။

သင်သည် အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)ရှိထားသူနှင့် အနီးကပ်ရှိခဲ့လျှင်၊ သင့်ဆရာဝန်ကို အမြန်ဆုံးသွားတွေ့ပါ။ထိုမှ ရောဂါကူးမှုရပ်တန့်ရန် သို့မဟုတ် ပြင်းထန်မှုနည်းရန်လုပ်နိုင်သည့်နည်းလမ်းများ ရှိပါသည်။

လက်ဆေးမှု နှင့် သန့်ရှင်းမှု

အမြဲလက်ဆေးပါ (ဆပ်ပြာသုံး၍လက်များကို ၁၅ စက္ကန့်လောက်ကောင်းကောင်းပွတ်ဆေးပါ)၊ယင်းကို-

- အိမ်သာတက်ပြီးနောက်၊
- ကလေးငယ်များ၏ အနီးလဲပေးပြီးနောက်၊
- အစာမစားမီ၊
- အစား အသောက်မပြင်ဆင်မီ - ပြု လုပ်ပါ။



အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)

စိုထိုင်းသောနေရာများ၌ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ဝိုင်းရတ်သည် အပတ်များများရှင်နေနိုင်ပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင့်မိသားစုတစ် ဦး ၌ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ရှိလျှင် အသားဝါပြီးနောက် ဝိုင်းရတ်ပိုးရှိနိုင်သည့်မျက်နှာပြင်များအားလုံးကို အနည်းဆုံးတစ်ပါတ်ခန့် အထိဆေးကြောရန် လိုအပ်ပါသည်။ ယင်းတွင်တစ်ခါလက်ကိုင်များ၊ အိမ်သာထိုင်ခုံနှင့်လက်ကိုင်များ၊ ရေပိုက်ခေါင်းများနှင့်အနီးလဲလျှင်သုံး သည့်စားပွဲများတို့ပါ ဝင်ပါသည်။ သင့်တွင် အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ရှိလျှင် အခြားသူများ၏အစားအသောက်များကို ပြင်ဆင်မှု သို့မဟုတ် ကိုင်တွယ်မှုမလုပ် ပါနှင့်။

အန္တရာယ်ပိုကင်းသော လိင်ဆက်ဆံမှု

အသည်းရောင်ရောဂါ ကူးစက်ပြန့်ပွားမှုမဖြစ်ရန်၊ ပါးစပ်-စအို လိင်ဆက်ဆံလျှင် ပါးစပ်အရည်ခံအကာတို့ကိုသုံးပါ။ ယင်းတို့ကို လိင်ဆိုင် ရာကျန်းမာရေးဆေးခန်းများ နှင့် ဆေးဆိုင်များမှ ရနိုင်ပါသည်။

နိုင်ငံရပ်ခြား သို့ခရီးသွားမှု

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) ဖြစ်မှုများသည့်နိုင်ငံများ (ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများအများဆုံးပါဝင်သည်) သို့ခရီးသွားသည့်အခါ ရောဂါမကူးရန်အထူး သတိပြုပါ။ အစားအသောက်များကိုရွေးချယ် သို့မဟုတ် ပြင်ဆင်ရာတွင်အလွန်သတိထားပါ။ - ချက်ပါ၊ နွာ ပါ၊ ဆူအောင်ပြုတ်ပါ၊ နို့မို့ရင် မေ့ပြစ် လိုက်ပါ။ - ဆိုသည့်ဆောင်ပုဒ်သည်ကောင်းသောအကြံဖြစ်ပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ) အတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးမှု သည် များသောအားဖြင့် ကောင်းပါသည်။

အသည်းရောင်(ပိုးအေ)အတွက် ကာကွယ်ဆေးရှိသလား။

အသည်းရောင် (ပိုးအေ) အတွက် ကာကွယ်ဆေးရှိပါသည်။ သင်သည် အကောင်းဆုံး ကာကွယ်မှုရရန်၊ ဆေး ၂ လုံးကို ၆ လ နှင့် ၁၂လ တာ ခြား ပြီး ထိုးရပါသည်။ အသည်းရောင်(ပိုးအေ)နှင့် (ပိုးဘီ) ပေါင်းစပ်ကာကွယ်ဆေးလည်း ရှိပါသည်။

အသည်းရောင် (ပိုးအေ) ကာကွယ်ဆေးကို ဘယ်သူထိုးခံသင့်သလဲ။

- အသည်းရောင်(ပိုးအေ) ဖြစ်မှုများသည့်နိုင်ငံများ သို့ခရီးသွားသူများ(ဖွံ့ဖြိုးဆဲနိုင်ငံများအများဆုံးပါဝင်သည်)၊
- ဝေးလံသည့်အဘိုရီးဂျင်းနီးဝန်းကျင်များအတွင်းနေထိုင် သို့မဟုတ် အလုပ်လုပ်နေသူများ၊
- ကလေးထိန်း ဌာနလုပ်သားများ၊
- ဉာဏ်ရည်ချို့တဲ့သူများနှင့် သူတို့ကိုစောင့်ရှောက်သူများ၊
- မိလ္လာလုပ်သားများ၊
- ယောကျာ်းများနှင့် လိင်ဆက်ဆံသည့် ယောကျာ်းများ၊
- ကာလကြာအသည်းရောင်ရောဂါရှိသူများ၊

အသည်းရောင်(ပိုးအေ)ကာကွယ်ဆေး ဘယ်လိုထိုးရမလဲ။

အသည်းရောင်(ပိုးအေ)ကာကွယ်ဆေးထိုး ရန်စဉ်းစားနေလျှင်၊ သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် သင်ရွေးထားသည့် ဆရာဝန်ကိုပြောပါ။



အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးအေ)

အသည်းရောင်(ပိုးအေ)အတွက် အချက်အလက်ကို ဘယ်မှာ နောက်ထပ်ရနိုင်မလဲ။

သင့်မိသားစုဆရာဝန်သို့ မဟုတ် ရွေးထားသည့် ဆရာဝန်၊ သို့မဟုတ်-

- သင့်ဒေသအစိုးရ ပတ်ဝန်းကျင် ကျန်းမာရေးအရာရှိ၊
- ရပ်ကွက်တွင်းရှိ လူထုကျန်းမာရေး သူနာပြု၊
- သင့်ဒေသဆိုင်ရာ လူဦးရေကျန်းမာရေးအဖွဲ့၊
- သင့်ရပ်ကွက်အနီးရှိဆေးရုံ(နယ်ဒေသ)၊
- သို့မဟုတ် **အသည်းရောင်ရောဂါ WA**
 - ☎ 9328 8538 (မြို့တွင်းဖုန်းခေါ်သူများအတွက်) သို့မဟုတ်
 - ☎ 1800 800 070 (နယ်စွန်ဖုန်းခေါ်သူများ - အခမဲ့ဖုန်းကို အိမ်ဖုန်းမှသာလျှင်ရရှိမည်)
- သို့မဟုတ် **တိုက်ရိုက်ကျန်းမာရေး ဩစတြေးလျား (healthdirect Australia)**
 - ☎ 1800 022 222

အသည်းရောင်ရောဂါ အကြောင်း ပိုမိုသောအချက်အလက်များကို အင်တာနက်ပေါ်တွင် သင်ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်။

www.hepatitiswa.com.au

မသန်စွမ်းချွတ်ယွင်းမှုရှိသူတစ်ဦးအတွက် ဤစာတမ်းကို အခြားပုံစံဖြင့် တောင်းဆိုလျှင် ရရှိနိုင်ပါသည်။

ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး ညွှန်ကြားရေးမှူး ၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ အနောက်ဩစတြေးလျား 2013 မှထုတ်လုပ်သည်။