အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးဘီ)

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

အသည်းရောင်(ပိုးဘီ)ရောဂါဆိုတာဘာလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါဆိုသည်မှာ အသည်း၌ နာမကျန်းမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ ယင်းကို အသည်းရောင်ရောဂါပိုင်းရတ်ပိုးများဖြစ်သော အေ၊ ဘီ၊ စီ၊ ဒီ၊ အီးနှင့်ဂျီ၊အရက်၊ အချို့ဓါတုပစ္စည်းများနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးတို့က ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်(ပိုးဘီ)ကို သင်ဘယ်လိုရရှိသလဲ၊

ဟိတ်ချ်အိုင်ဗွီ/အေအိုင်ဒီအက်စ် ထက် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ကူးစက်ရန်ပိုလွယ်ကူပါသည်။ အသည်းရောင်(ပိုးဘီ) ဗိုင်းရတ်ပိုးသည် ရောဂါ ပိုးရှိပြီးသူ၏သွေးနှင့် သွေးပစ္စည်းများဖြင့်တိုက်ရိုက်ထိတွေ့မှုမှအဓိကကူးစက်စေသည်ဖြစ်သော်လည်း၊သုတ်ရည်နှင့် အမျိုးသမီး အင်္ဂါဇာတ် အရည်အပါအဝင်-အခြားခန္ဓာအရည်များ- တို့မှ တဆင့်လည်း ကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ကို

- အလွန်သေးငယ်၍ မျက်စိဖြင့်မမြင်နိုင်သော သွေးအစအနည်းငယ်မှ၊
- ရောဂါရှိထားသူနှင့် ကွန်ဒုံးမသုံးဘဲ အမျိုးသမီးအင်္ဂါဇာတ်၊ ပါးစပ် သို့မဟုတ် စအိုတို့ဖြင့် လိင်ဆက်ဆံလျှင်၊
- ရောဂါရှိထားသူနှင့် ဆေးထိုးအပ်များ၊ ဆေးထိုးပြွန်များနှင့် အခြားမူးယစ်ဆေးထိုးပစ္စည်းများကို အတူတူမျှသုံးလျှင်၊
- သင့်အလုပ်အရ လူသွေးများ သို့မဟုတ် ခန္ဓာအရည်များနှင့် ထိတွေ့နိုင်ရခြေရှိလျှင်- တို့မှ သင်ရရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်တွင် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ရှိလျှင်၊ သင်ကလေးမွေးဖွါးစဉ် သို့မဟုတ် မကြာခင်အချိန်အတွင်း ကလေးငယ်ထံ ကူးစက်နိုင်ပါ သည်။

ယင်းပိုးကို သယ်ဆောင်ထားသူနှင့် တစ်အိမ်ထဲနေထိုင်လျှင်၊ သင်အထူးဂရုပြုရန် လိုပါသည် (**အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ရနိုင်ခြေ နည်း အောင်ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရမလဲ** ကိုဖတ်ပါ) ။

ဩစတြေးလျားနိုင်ငံ၌ သင့်အနေဖြင့် သွေးသွင်းမှု သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအစားထိုးမှုမှတဆင့် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ရနိုင် ခြေမရှိလောက်ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)၏ လက္ခဏာ နှင့် ရောဂါအထောက်အထား များမှာ ဘာတွေလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ရှိလူကြီးထက်ဝက်လောက်နှင့် ကလေးအများဆုံးမှာ လုံးဝ ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထားများမရှိပါ။ အချို့လူများသည် ရောဂါ လက္ခဏာအထောက်အထားများမရှိမီ၊ လပေါင်းများစွာ ကျန်းမာနေသည်ဟု ခံစားရပါသည်။

ရောဂါ လက္ခဏာ အထောက်အထား များတွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်ပါသည်။

- ကိုယ်ပူခြင်း၊
- အပါတ်သို့မဟုတ် လပေါင်းများစွာ တရားလွန်မောပန်းခြင်း၊
- အဟာရပျက်ခြင်း၊ ပျို့ခြင်း (အော့အန်လိုခြင်း) နှင့် အော့အန်ခြင်း၊
- အဆစ်နာခြင်းများ၊
- မျက်လုံး သို့မဟုတ် အသားအရေဝါလာခြင်း (အသားဝါ)၊

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးဘီ)

လူကြီးအများစုသည် လုံးဝသက်သာပျောက်ကင်းသွားကြသည်။ သူတို့သည် နောက်ထပ် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ကို မရရှိနိုင်တော့ပါ။

သို့ဆိုသော်လည်း၊ အချို့လူကြီးများနှင့် မွေးကင်းစကလေးအများဆုံးသည် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)သယ်ဆောင်သူများဖြစ်သွားကြပါ သည်။ ပိုးသယ်ဆောင်သူများသည် များသောအားဖြင့် နေမကောင်းမဖြစ်သော်လည်း၊ သူတို့၏ သွေးထဲ၌ ထိုပိုးနှစ်ပေါင်းများစွာရှိနေပါ လိမ့်မည်။ သယ်ဆောင်သူများ၌ အသည်းအလုပ်မလုပ်တော့ခြင်းနှင့် အသည်းကင်ဆာ အပါအဝင် ပြင်းထန်သော အအသည်းရောဂါများကို ပထမဆုံး အသည်းရောင်ရောဂါဘီပိုးရရှိပြီး နှစ် ၂၀သို့မဟုတ် ထိုထက်ပိုသောနှစ်များတွင် ရရှိနိုင်လာပါသည်။ ပိုးသယ်ဆောင်သူများသည် သူတို့ကိုယ်တိုင်နေကောင်းပြီး လက္ခဏာများမရှိပါသော်လည်း၊ အခြားသူများအားကူးစက်စေနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ရှိမရှိ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ၊

သွေးစစ်မှုတစ်ခုဖြင့် လူတစ်ဦးသည် ယခင်က အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ)ရရှိခဲ့ဘူးသည်နှင့် ယခုအခါ ကာလကြာရောဂါရှိနေမနေတို့ကို ပြနိုင်ပါသည်။ အသည်းအလုပ်လုပ်ပုံစစ်ခြင်းကဲ့သို့ အခြားစစ်ဆေးမှုများက၊ သင့်အသည်း၌ အပျက်အစီးရှိမရှိကို ပြနိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်၌ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ရှိနေလျှင် ဘာလုပ်ရမလဲ၊

သင့်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ရှိနိုင်သည်ထင်လျှင် သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ်သွားလိုသူ ဆရာဝန်တစ်ဦးထံ အမြန်ဆုံးသွား တွေ့ပါ။

သင့်တွင် ဤပိုးရှိနေလျှင်-

- သွေး၊ ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းများနှင့် တစ်ရှူးအသားမျှင်များ မလှူပါနှင့်
- သင့်ဆရာဝန်နှင့် သွားဆရာဝန်ကို ပိုးရှိကြောင်း အသိပေးပါ။
- အခြားသူများ သင့်သွေးသို့မဟုတ် ခန္ဓာအရည်များနှင့် မထိတွေ့ရန် လွန်စွာသတိထားပါ၊ ထွက်ကျသည်များကို ပျော့ပြောင်းသော စက္ကူပါး (တစ်ရှူး)ဖြင့် စုပ်ယူပြီး၊ရေကို ပိုးသတ်ဆေးနှင့် ရောလျက် ကောင်းမွန်ပြည့်စုံစွာ အစွန်းများလုံးဝ မကျန်သည်အထိဆေး ကြောပါ။ အကယ်၍ ကြမ်းခင်းကော်ဇော ပေါ် သွေးများဖိတ်စဉ်ခဲ့လျှင်၊ ထိုကော်ဇောကို ဆပ်ပြာရည် သို့မဟုတ် ရေငွေ့ဖြင့် ဆေးကြောရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။
- သင့်အနာများကို ရေမစိမ့်သည့် အနာဖုံးအုပ်အကပ်ဖြင့်ကပ်ပါ။
- လိင်ကြင်ဖော်ဖက်အသစ်၊ ရောဂါကိုယ်ခံအားမရှိသောလိင်ကြင်ဖော်ဖက်တို့ နှင့်လိင်ဆက်ဆံလျှင် ကွန်ဒုံး၊ ရေအခြေခံသည့် ချောဆီနှင့် ပါးစပ်တွင်း အရည်ခံအကာတို့ကိုသုံးပါ။
- ဆေးထိုးအပ်များ၊ ဆေးပြွန်များ သို့မဟုတ် မူးယစ်ဆေးဝါးထိုးပစ္စည်းများကို မည်သည့်အခါမှ အတူတူမျှမသုံးပါနှင့်။ အသစ်စက် စက် နှင့်/သို့မဟုတ် ပိုးကင်းသောဆေးထိုးပစ္စည်းဖြစ်ကြောင်း သေချာပါစေ။

ကျွန်ုပ်ဘယ်လိုဆေးကုရမလဲ၊

သင်သည် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) နှင့် အထိအတွေ့ရှိခဲ့လျှင်၊ ဆရာဝန်တစ်ဦးကို ချက်ချင်းသွားတွေ့ခြင်းဖြင့်ရောဂါမကူးရန် အထူး ကုသမှု ရှိပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကို ကာလရှည်ကြာသယ်ဆောင်ထားသူများအတွက် ကုစရာဆေးများရှိပါသည်။

အသည်းရောင်ရေဂါ(ပိုးဘီ) ရရှိဖို့နည်းအောင်ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရမလဲ၊

သင်သည် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေးကို အပြည့်အစုံထိုးထားပြီးလျှင်၊ ရာနှုန်းပြည့်နီးပါး လုံခြုံစိတ်ချရပါမည်။ ယင်းမှာလူကြီးများတွင် ၆ လအတွင်း ဆေး ၃ ခါထိုးမှု လုပ်ရပါမည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) နှင့် အခြားရောဂါပိုးများကို လွယ်လွယ်ကာကွယ်နိုင်သော အခြားနည်းလမ်းများလည်း ရှိပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးဘီ)

- ဆေးထိုးအပ်များ၊ ဆေးထိုးပြွန်များ သို့မဟုတ် ဆေးထိုးပစ္စည်းတစ်ခုကို မည်သည့်အခါမှ မျှသုံးမှုမလုပ်ပါနှင့်၊ အသစ်နှင့်/သို့ မဟုတ် ပိုးကင်းသောဆေးထိုးပစ္စည်းဖြစ်ကြောင်း သေချာပါစေ။
- အန္တရာယ်ကင်းလိင်ဆက်ဆံမှုကို လေ့ကျင့်ပါ- ကွန်ဒုံးသို့မဟုတ် ပါးစပ်တွင်းအရည်ခံအကာ နှင့် ရေအခြေခံသည့် ချောဆီ ကို သုံးပါ။ သင့်တွင် လိင်ကြောင်ဖော်ဘက်များများရှိလျှင်၊ စအိုမှဆက်ဆံမှု နှင့်/သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးရာသီသွေးလာချိန်၌ လိင်ဆက်ဆံ လျှင် ရောဂါပိုးကူးနိုင်ခြေ ပိုမြင့်ပါသည်။
- ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌ အနုအလှဆင်မှု (ထိုးကွင်း၊ အပေါက်ဖေါက်ခြင်း)ကိုပြုလုပ်ရန် မစဉ်းစားမီ၊ ယင်းပညာရှင်သည် ပိုးကင်းပြီး သား ပစ္စည်းကရိယာနှင့် မှင်နှင့်အပ်အသစ်များကိုသာ အခါတိုင်းသုံးကြောင်းသေချာပါစေ။
- အမွေးရိတ်ဓါး၊ သွားပွတ်တန်နှင့် သွားကြားရှင်းကြိုးများကဲ့သို့သော တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများကို သူများနှင့်အတူ မသုံးပါနှင့်၊
- သွေးထွက်သည့်ထိခိုက်ပြတ်ရာများနှင့်ရှနာများ ဖြစ်လျှင် ချက်ခြင်းဆေးကြောပြီး ဖုံးအုပ်လိုက်ပါ။
- ခြောက်သွေ့သွားပြီးဖြစ်ခြင်းအပါအဝင် သွေးထွက်သည့်နေရာများ အားလုံးကို ဆေးကြောလိုက်ပြီး၊ (အိမ်သုံးချွတ်ဆေး တစ် ပုံ၊ ရေ ၁၀ ပုံ)ချွတ်ဆေးနှင့် ရေရောထားသည်ကို သုံးပြီး ပိုးသတ်သင့်ပါသည်။ သွေးဖိတ်ကျမှုကို ဆေးကြောတိုင်းလက်အိတ် များသုံးသင့်ပါသည်။ ခြောက်နေသော သွေးပင်လျှင်၊ အများအတွက် ဘေးဖြစ်စေနိုင်သည်။ လက်သုတ်ပုဝါများ နှင့် လက် အိတ်များကို ပလပ်စတိတ်အိတ်ထဲ၌ ထုပ်ပြီးမှ အမှိုက်ပုံးထဲထည့်ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) အတွက် ကာကွယ်ဆေးရှိသလား၊

ရှိပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေးသည် အန္တရာယ်ကင်းပြီး ထိရောက်မှုရှိပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေးကို ဘယ်သူထိုးခံသင့်သလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကို သယ်ဆောင်ထားသူ၏လိင်ကြောင်ဖော်ဘက်များနှင့် တစ်အိမ်ထဲနေသူများသည်အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကို စစ်ဆေးသင့်ပါ သည်။ အကယ်၍ ပိုးမရှိသေးလျှင်၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်သည်။ ကာကွယ်ဆေးကို ဖြစ်နိုင်ခြေများသောအုပ်စုများ အတွက် အခမဲ့ရစေသည့်အတွက်၊ သင့်မိသားစုဆရာဝန်သို့မဟုတ် သင်ရွေးထားသည့် ဆရာဝန်ကို ပြောပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အောက်ပါလူများကို အကြံပြုပါသည်။

- မူးယစ်ဆေးအကြောသွင်းဆေးထိုးခြင်း၊ ဆေးမင်ထိုးခြင်းနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာဖောက်ထွင်းအလှဆင်ခြင်း၊ ရှောင်တခင် ကြင်ဖော်ဖက်များ သို့မဟုတ် လိင်လုပ်သားများနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ အင်္ဂါဇာတ်၊ နုတ်၊ သို့မဟုတ် စအို တို့ဖြင့်လိင်ဆက်ဆံမှုတို့ကို သင်လုပ်ဘူးသည်
- သင်သည်အမျိုးသားတစ်ဦးဖြစ်ပြီး အမျိုးသားများနှင့်လိင်ဆက်ဆံသည်
- သင်သည် အသည်းရောင်ရေါဂါ(ပိုးဘီ) မဟုတ်သည့် ကာလကြာအသည်းရောဂါရှိနေလျှင်၊
- သင်သည် အမြှေးပါးသုံးခွဲထုတ်စက်ဖြင့်သွေးသန့် စင် အောင်ပြုလုပ်နေရလျှင်၊
- သင်သည် သင့်အလုပ်ကြောင့် သွေးသို့မဟုတ် အခြားခန္ဓာအရည်များနှင့် ထိတွေ့မှုရှိရလျှင်၊
- သင်သည် အချုပ်ထားရာဌါန(ထောင်)တွင် အကျဉ်းသားသို့မဟုတ်ဝန်ထမ်းဖြစ်နေလျှင်၊
- သင်သည် ဉာဏ်ရည်ချို့တဲ့သူများနှင့် အတူနေ သို့မဟုတ် အလုပ်လုပ်ရလျှင်၊
- သင်သည် အသည်းရောင်ရေါဂါ(ပိုးဘီ) အဖြစ်များသည့် နိုင်ငံများသို့ ခရီးထွက်လျှင် (သင့်ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ခရီးသွားကျန်းမာရေးပညာရှင် ကိုမေးပါ။)
- သင်သည် နိုင်ငံခြားမှ ကလေးများကို မွေးစားသည့်မိသားစုဝင်တစ်ဦးဖြစ်လျှင်၊
- သင်သည် ကျန်းမာရေးကြည့်ရှုသူ ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဖြစ်လျှင်၊

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးဘီ)

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေး ဘယ်လိုထိုးရမလဲ၊

လူကြီးများအတွက် ဆေး ၃ လုံးကို ၆ လတာကာလအတွင်းထိုးပါသည်။ ဩစတြေးလျားတွင် မွေးဖွားသော ကလေးတိုင်းနှင့် ၇ တန်းရှိ ကလေးတိုင်း အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေးကို အခမဲ့ ရရှိပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) အတွက် အချက်အလက်ကို ဘယ်မှာနောက်ထပ်ရနိုင်မလဲ၊

သင့်မိသားစုဆရာဝန်သို့မဟုတ် ရွေးထားသည့်ဆရာဝန်၊ သင့်ရပ်ကွက်ဆိုင်ရာ လူဦးရေကျန်းမာရေးအဖွဲ့၊ လူထုကျန်းမာရေးသူနာပြု သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး လုပ်သားကို ဆက်သွယ်ပါ၊ သို့မဟုတ်-

- **Central Immunisation Clinic**
  (08) 9321 1312
- တိုက်ရိုက်ကျန်းမာရေး ဩစတြေးလျား (***healthdirect Australia)***
  ☎ 1800 022 222
- **Sexual Health Helpline**
  ☎ 9227 6178 သို့မဟုတ်
  ☎ 1800 198 205 (အခမဲ့ဖုန်းကို အိမ်ဖုန်းမှသာလျှင်ရရှိမည်)
- အသည်းရောင်ရောဂါ **WA**
  ☎ 9328 8538 (မြို့တွင်းဖုန်းခေါ်သူများအတွက်) သို့မဟုတ်
  ☎ 1800 198 205 (နယ်စွန်ဖုန်းခေါ်သူများ - အခမဲ့ဖုန်းကို အိမ်ဖုန်းမှသာလျှင်ရရှိမည်)

အသည်းရောင်ရောဂါ အကြောင်း ပိုမိုသောအချက်အလက်များကို အင်တာနက်ပေါ်တွင် သင်ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်-

www.hepatitiswa.com.au

မသန်စွမ်းချွတ်ယွင်းမှုရှိသူတစ်ဦးအတွက် ဤစာမှတ်စာတမ်းကို
အခြားပုံစံဖြင့် တောင်းဆိုလျှင် အလိုရှိနိုင်ပါသည်။

ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး ညွှန်ကြားရေးမှူး ၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ အနောက်ဩစတြေးလျား 2013 မှထုတ်လုပ်သည်။

HP012469 FEB'13 BURMESE