အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးစီ)

ဤပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမှုတွင်ပါသောအချက်အလက်များတိကျမှန်ကန်ရန်အတွက်အစွမ်းကုန်ဆောင်ရွက်ထားသော်လည်း၊ဆေးပညာရှင်များ၏အကြံဉာဏ်ကိုအစားမထိုးနိုင်ပါ။ သင့်ကျန်းမာရေးအတွက် စိုးရိမ်မှုများရှိလျှင်၊ ကျန်းမာရေးပညာရှင်တစ်ဦးကိုသွားတွေ့ပါ။ သင်နောက်ထပ်အချက် အလက်များရနိုင်သည့်နေရာများစာရင်းကို အောက်တွင်ထည့်သွင်းထားပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ဆိုတာဘာလဲ ၊

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

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ကို သင်ဘယ်လိုရရှိသလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)သည် သွေးကကူးစက်သည့်ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါပိုးရှိပြီးသူ၏သွေးသည် အခြားသူတစ်ဦး၏သွေးကြောထဲသို့ ဝင်ရောက်ချိန်၌ကူးစက်စေပါသည်။ ဩစတြေးလျားနိုင်ငံ၌ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ဖြစ်မှုအများဆုံးမှာ ဆေးထိုးအပ်များနှင့်အခြားမူးယစ်ဆေးထိုးပစ္စည်းများကို အတူတူမျှသုံးမှုကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။ သင်သည်ဆေးထိုးအပ်များ နှင့် အခြားမူးယစ်ဆေးထိုးပစ္စည်းကို အတူတူမျှသုံးမှု တစ်ခါတည်းလုပ်မိလျှင်ပင် အသည်းရောင်စီအားရရှိနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ကိုအခြားနည်းများဖြင့်သင်ရရှိနိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့တွင်အောက်ပါတို့ပါဝင်သည် –

- ကျန်းမာရေးကြည့်ရှုမှုလုပ်ငန်းအတွင်း ဆေးထိုးအပ်ဒဏ်ရာရခြင်း။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ကို လူဝန်းကျင်နေရာများ-ဥပမာ-ကွင်းပြင်ကစားကွင်းတွင်တွေ့ရသည့်အပ်မှကူးစက်နိုင်မှုသည်အလွန်အလွန်ပင်နည်းပါးလှပါသည်။
- ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌ အနုအလှဆင်မှု (ထိုးကွင်း၊ အပေါက်ဖေါက်ခြင်း)ကိုပြုလုပ်စဉ်၊ ပိုးမကင်းသည့် ပစ္စည်းကရိယာကိုသုံးခြင်း။
- ကာကွယ်မှုမရှိဘဲ သွေးသို့မဟုတ် အရေပြားပြတ်စုတ်စေလျက်၊လိင်ဆက်ဆံလျှင် -ဥပမာ- စအိုမှလိင်ဆက်ဆံမှု နှင့်/သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးရာသီသွေးလာချိန်၌ ကာကွယ်မှုမရှိဘဲ လိင်ဆက်ဆံမှု။ အခြားအချိန်များ၌ လိင်တံ-အမျိုးသမီးအင်္ဂါဇာတ် ဆက်ဆံ မှုကြောင့် ကူးစက်နိုင်မှုသည်အလွန်ပင်နည်းပါးပါသည်။
- အမွေးရိတ်ဓါး၊ သွားပွတ်တံနှင့် သွားကြားရှင်းကြိုးများကဲ့သို့သောတစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများတွင် သွေးအစအန ရှိနိုင် သည့်အခါ သူများနှင့် အတူမျှသုံးခြင်း။
- ရောဂါပိုးရှိသည့် မိခင်ထံမှ သူမ၏ကလေးသို့ – ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ် သို့မဟုတ် မွေးဖွါးချိန် ၌၊ ကူးစက်နိုင်ခြေ အနည်းငယ် ရှိပါသည်။မိခင်နို့ မှ ကူးစက်မှုမရှိသလောက်ဖြစ်ပါသည်။

ဩစတြေးလျားနိုင်ငံ၌ သင့်အနေဖြင့် သွေးသွင်းမှု သို့မဟုတ် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအစားထိုးမှုမှတဆင့် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရနိုင် ခြေမရှိသလောက်ပါ။

လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း၊နမ်းရှုပ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ်ရေချိုးခန်း သို့မဟုတ်အိမ်သာအတူမျှသုံးခြင်း၊ စသည့်နေ့စဉ်လူမှုဆက်ဆံမှုများ သို့မဟုတ် သွေးလှူခြင်းတို့မှ အသည်းရောင်စီကို သင်မရရှိနိုင်ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)၏ လက္ခဏာ နှင့် ရောဂါအထောက်အထားများမှာ ဘာတွေလဲ၊

လူအများမှာ ပထမပိုင်းတွင်မည်သည့် လက္ခဏာမျှမရှိဘဲ၊အနည်းငယ်တုပ်ကွေးဖြစ်သည့်ပုံစံ နာမကျန်းမှုသာခံစားရသည်။ အချို့တို့တွင် သူတို့၏ ဆီးများအရောင်မဲရင့်လာပြီး၊ အသား နှင့် မျက်လုံး တို့ဝါလာပါသည် (အသားဝါ)။ အသည်းရောင်ရောဂါလက္ခဏာအထောက်အထားများသည်အပါတ်အနည်းငယ်အတွင်း ပပျောက်သွား နိုင်သော်လည်း၊ယင်း ရောဂါပိုးပါ ပပျောက်သွားပြီဟုမယူဆနိုင်ပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးစီ)

အသည်းရောင်ရောဂါလက္ခဏာအထောက်အထားများ ရှိသူတိုင်း သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ်သွားလိုသူ ဆရာဝန်တစ်ဦးထံသွားတွေ့သင့်ပါသည်။အသည်းသည် ၆ လထက်ကျော်ပြီး 'ရောင်နေ' လျှင်၊ယင်းသို့နာမကျန်းဖြစ်မှုကိုနာတာရှည် သို့မဟုတ်ကာလကြာ အသည်းရောင် ရောဂါဟုခေါ်ပါသည်။

ကာလရှည် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရှိသူများ အောက်ပါလက္ခဏာအထောက်အထားများအပါအဝင်တို့ကိုခံစားရပါသည်။

- အနည်းငယ်မှ တရားလွန်မောပန်းခြင်း၊
- အဟာရပျက်ခြင်း၊
- နေမကောင်းဖြစ်ခြင်း နှင့် အော့အန်ခြင်း၊
- နံရိုးများအောက်အတွင်းနာကျင်ခြင်း၊
- ကိုယ်ပူခြင်း၊
- အဆစ်နာခြင်းများ၊

ကျွန်ုပ်မှာ အသည်းရောင်စီရှိမရှိ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ၊

သွေးစစ်မှုတစ်ခုဖြင့်သာ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ) သင့်မှာ ရှိမရှိသိနိုင်ပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ) ဗိုင်းရတ်ပိုး(ဟိတ်ချ်စီဗွီ) ကိုယ်ခံအားပြသည့် သွေးစစ်မှုတစ်ခုဖြင့် သင့်မှာတစ်ချိန်ချိန်က ပိုးကူးစက်မှု ရှိမရှိကိုပြနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်သင့်စစ်ဆေးမှုကမရှိဟုပြ သည့်တိုင်အောင်၊ နောက် ၄ လမှ ၆ လ အတွင်း နောက်ထပ်တစ်ခါစစ် ဆေးရန်လိုအပ်ပါလိမ့်မည်။

ဟိတ်ချ်စီဗွီ ကိုယ်ခံအား စစ်ဆေးမှုဖြင့်သင်သည် ပိုးသယ်ဆောင်ထားသူဖြစ်နေပြီဟုတ်မဟုတ်မပြနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့်သင့်အဖြေကပိုးရှိကြောင်း ပြလျှင်၊ ဗိုင်းရတ်ပိုးသည် သင်၏သွေးအတွင်းရှိသေးကြောင်းဟုတ်မဟုတ်သိရန်နောက်ထပ်သွေးစစ်မှု(ဟိတ်ချ်စီဗွီ ပီစီအာ စစ်ဆေးမှု) လိုအပ် နိုင်ပါသည်။

သင့်မိသားစုဆရာဝန်၊သင်ရွေးချယ်သည့်ဆရာဝန သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးကြည့်ရှုသူဝန်ထမ်းတစ်ဦးထံ အသည်းရောင်စီစစ်ဆေးမှုအကြောင်း မေးပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရောဂါရရှိဖို့နည်းအောင်ကျွန်ုပ်ဘာလုပ်ရမလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရောဂါအတွက် ကာကွယ်ဆေးမရှိပါ။

သို့သော်လည်း အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရရှိနိုင်ခြေကို လျော့နည်းစေနိုင်သောနည်းလမ်းများ ရှိပါသည်။

- မူးယစ်ဆေးဝါး ဆေးမထိုးပါနှင့်၊ သင်လုပ်လျှင်- ဆေးထိုးအပ်များ၊ ဆေးထိုးပြွန်များ၊ အခံများ၊ ရေသို့မဟုတ် ဖွန်းများ အားဝေမျှ သုံးမှုကို အမြဲရှောင်ပါ၊ သူတစ်ပါးဆေးထိုးသည့်နေရာကို မကိုင်မီ၊ လက်ဆေးခြင်း သို့မဟုတ် ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် သုတ်ခြင်းတို့ လုပ်ပါ။ အမြဲတမ်း သန့်ရှင်းသည့်ဆေးထိုးအပ်များနှင့် ထိုးပြွန်အသစ်စက်စက်တို့ကို သုံးပါ။ ယင်းတို့ကို ဆေးဆိုင်များ၊ ဆေးထိုး အပ် အလဲအလှယ်လုပ်သည့်နေရာများနှင့် ရုံးချိန်နောက်ပိုင်း နယ်ဒေသဆေးရုံများတွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။
- အန္တရာယ်ကင်းလိင်ဆက်ဆံမှုကို လေ့ကျင့်ပါ- ကွန်ဒုံးသို့မဟုတ် ပါးစပ်အရည်ခံအကာများ နှင့် ရေအခြေခံသည့်ချောဆီကိုသုံး ပါ။ သင့်တွင် လင်ကြင်ဖော်ဘက်များများရှိလျှင်၊ စအိုမှဆက်ဆံမှု နှင့်/သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးရာသီသွေးလာချိန်၌ လိင်ဆက် ဆံ လျှင် ရောဂါပိုးကူးခြေ ပိုမြင့်ပါသည်။
- ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်၌ အနုအလှဆင်မှု (ထိုးကွင်း၊ အပေါက်ဖေါက်ခြင်း)ကိုပြုလုပ်ရန် မစဉ်းစားမီ၊ ယင်းပညာရှင်သည် ပိုးကင်းပြီးသား ပစ္စည်းကိရိယာနှင့် မှင်နှင့်အပ်အသစ်များကိုသာ အခါတိုင်းသုံးကြောင်းသေချာပါစေ။
- အမွေးရိတ်ဓါး၊ သွားပွတ်တံနှင့် သွားကြားရှင်းကြိုးများကဲ့သို့သော တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေးပစ္စည်းများကို သူများနှင့်အတူမသုံးပါနှင့်၊
- ကျန်းမာရေးကြည့်ရှုသူဝန်ထမ်းများအနေဖြင့်အလုပ်တွင်းရှိရောဂါထိန်းသိမ်းမှုလုပ်ငန်းစဉ်များကိုအမြဲ ကျင့်သုံးပါ။

အသည်းရောင်ရောဂါ (ပိုးစီ)

ကျွန်ုပ်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရှိလျှင် ဘာလုပ်ရမလဲ၊

သင့်မိသားစုဆရာဝန်နှင့်အတူ သင့်ကိုယ်ကိုကြည့်ရှုရန် လုပ်ကိုင်ဖို့လိုအပ်ပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)အကြောင်းကောင်းစွာနားလည်ပြီး သင်သဘောကျသည့် ဆရာဝန်ရှိရန်သေချာစွာဆောင်ရွက်ပါ။

သင့်မှာ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ရရှိပြီးဖြစ်သည်တိုင်အောင်အခြားအသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)ဗိုင်းရတ်ပိုး မျိုးမတူသည့် အမျိုးအစားကို လည်းကူးစက်ရရှိနိုင်ပါသေးသည်။ သင့်မှာဆေးကုပြီးဖြစ်သည်တိုင်အောင် နောက်ထပ်လည်း အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ) ရရှိနိုင်ပါသည်။ အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)အတွက်သင့်ကိုယ်ကို သင်အမြဲကာကွယ်မှုပြုရပါလိမ့်မည်။

အခြားသူများကို အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)မပြန့်ပွါးရန်သင်ကိုယ်တိုင်တာဝန်ယူရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးအေ) နှင့် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကဲ့သို့သောအခြားအသည်းရောဂါကူးစက်ပိုးများရရှိနိုင်ခြေအနည်းဆုံးဖြစ်ရန် သင်လုပ်ကိုင်ဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် ရွေးထားသည့်ဆရာဝန်ကို အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးအေ) နှင့် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးဘီ) ကာကွယ်ဆေး အကြောင်းမေးပါ။

ကျွန်ုပ်ဘယ်လိုဆေးကုရမလဲ၊

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ) အတွက်ကုသမှုရှိပါသည်။ ဆေးကုသမှုကြောင့် အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)အမျိုးအစား ပေါ်တည်၍ လူ ၁၀ ယောက်တွင် ၈ ယောက်ခန့်ရောဂါပျောက်ကင်းသွားနိုင်ပါသည်။ကောင်းမွန်သောအစားအသောက်များ၊လုံလောက်စွာအိပ်စက်မှုနှင့်၊အရက်သေစာ၊ဆေးရွက်ကြီးဆေးလိပ်နှင့် အခြား မူးယစ်ဆေးဝါးများကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းတို့လည်းအရေးကြီးပါသည်။

အသည်းရောင်ရောဂါ(ပိုးစီ)အတွက် အချက်အလက်ကို ဘယ်မှာ နောက်ထပ်ရနိုင်မလဲ၊

သင့်မိသားစုဆရာဝန် သို့မဟုတ် ရွေးထားသည့် ဆရာဝန်၊ သို့မဟုတ်

- သို့မဟုတ် **အသည်းရောင်ရောဂါ WA**
  - ☎ 9328 8538 (မြို့တွင်းဖုန်းခေါ်သူများအတွက်) သို့မဟုတ်
  - ☎ 1800 800 070 (နယ်စွန်ဖုန်းခေါ်သူများ - အခမဲ့ဖုန်းကို အိမ်ဖုန်းမှသာလျှင်ရရှိမည်)
- တိုက်ရိုက်ကျန်းမာရေး ဩစတြေးလျား (***healthdirect Australia)***
  - ☎ 1800 022 222
- **Sexual Health Helpline**
  - ☎ 9227 6178 (မြို့တွင်းဖုန်းခေါ်သူများအတွက်) သို့မဟုတ်
  - ☎ 1800 198 205 (နယ်စွန်ဖုန်းခေါ်သူများ - အခမဲ့ဖုန်း ပြော ခြင်း ကို အိမ်ဖုန်းမှသာလျှင်ရရှိမည်)

အသည်းရောင်ရောဂါ အကြောင်း ပိုမိုသောအချက်အလက်များကို အင်တာနက်ပေါ်တွင် သင်ရှာတွေ့နိုင်ပါသည်-

www.hepatitiswa.com.au
www.hepatitisaustralia.com

မသန်စွမ်းချွတ်ယွင်းမှုရှိသူတစ်ဦးအတွက် ဤစာတမ်းကို
အခြားပုံစံဖြင့် တောင်းဆိုလျှင် ရှိနိုင်ပါသည်။

ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး ညွှန်ကြားရေးမှူး ၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ အနောက်ဩစတြေးလျား 2013 မှထုတ်လုပ်သည်။

HP012470 FEB'13 BURMESE