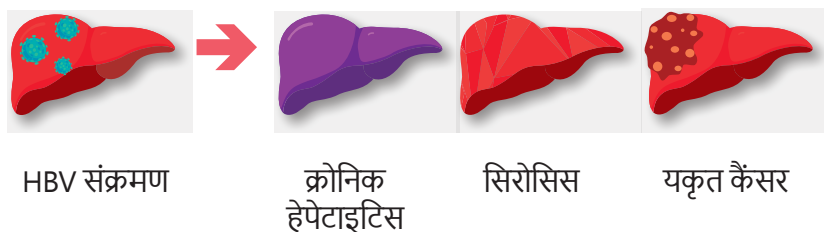


तपाईंलाई हेपेटाइटिस B बारेमा के जान्न आवश्यक छ

हेपेटाइटिस B भनेको के हो?

- हेपेटाइटिस B हेपेटाइटिस B भाइरस (HBV) संक्रमणका कारण हुने कलेजोसम्बन्धी रोग हो ।
- HBV बाट नयाँ संक्रमित हुँदा शिशु र साना बच्चाहरू प्रायः लक्षणविहीन हुन्छन्, जबकि तीव्र हेपेटाइटिस B भएका 30% - 50% वृद्ध बच्चाहरू वा वयस्कहरूले अन्य कारणहरूको हेपेटाइटिसबाट अभेद्य लक्षणहरू विकास गर्न सक्छन्, जस्तै ज्वरो, थकान, भोक नलाग्ने, वाकवाकी लाग्ने, उल्टी हुने, माथिल्लो पेटको असुविधा, चिया रङ्को पिसाब र जन्डिस (छालाको पहेंलोपन र आँखाको सेतो भाग)।
- कोही-कोही मानिस भाइरस सफा गर्न असफल हुन्छन् र **क्रोनिक हेपेटाइटिस B (CHB)** । HBV बाट संक्रमित हुँदा व्यक्ति जति कम उमेरको हुन्छ, त्यति नै पुरानो संक्रमण हुने खतरा बढी हुन्छ ।
- HBV बाट संक्रमित लगभग 90% नवजात शिशुहरू CHB विकसित हुन्छ
- वयस्कतामा प्राप्त हुने लगभग 5% HBV संक्रमणले CHB मा परिणाम गर्दछ।
- लगभग 15 - 40% उपचार न गरिएका व्यक्तिहरूमा CHB को साथ सिरोसिस र कलेजोको क्यान्सर हुन सक्छ। जबसम्म लक्षण र लक्षणहरू गम्भीर कलेजो क्षतिको लागि माध्यमिक विकास हुँदैनन् तीसम्म तिनीहरू लक्षण विहीन रहन सक्छन्।

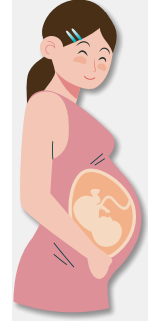


- हड्कडमा करिब 80% कलेजोको क्यान्सरका HBV संक्रमित छन् ।
- सन् 1988 देखि, हड्कडमा विश्वव्यापी बाल्यावस्था हेपेटाइटिस B खोप कार्यक्रम लागू गरिएको छ, जसले HBV संक्रमणको जोखिमलाई धेरै कम गर्दछ।

HBV कसरी संक्रमित हुन्छ?

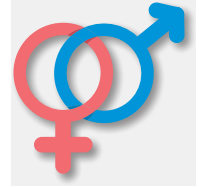
आमाबाट बच्चा मा सर्ने (MTCT)

HBV CHB भएका आमाहरूबाट डेलिभरीको समयमा उनीहरूको बच्चाहरूमा सर्न सक्छ। स्थानीय स्थानहरूमा, CHB भएका अधिकांश व्यक्तिहरूले MTCT द्वारा HBV संक्रमण प्राप्त गरे।



यौन सम्पर्क

संक्रमित व्यक्तिसँग असुरक्षित यौन सम्पर्क



संक्रमित व्यक्तिको रगत वा शरीरको तरल पदार्थको सम्पर्कमा

-  संक्रमित व्यक्तिको रगत वा शरीरको तरल पदार्थको सम्पर्कमा टुटेको छाला, वा आँखा वा मुखको म्यूकोसल झिल्ली को माध्यमबाट सम्पर्क
-  औषधि इंजेक्शनको लागि इंजेक्शन उपकरणहरू साझेदारी गर्दै
-  कान छेड्न, ट्याटू बनाउन वा एक्पूपंकवरका लागि दूषित उपकरणहरू प्रयोग गर्दै
-  रगतले दूषित हुन सक्ने व्यक्तिगत वस्तुहरू साझेदारी गर्दै, जस्तै रेजर, शेभर र नेल ट्रिमरहरू
-  अपर्याप्त रूपमा बन्ध्याकरण गरिएको चिकित्सा उपकरणहरू पुनः प्रयोग गर्दै
-  रक्तसन्चालन प्रदूषितको रगत वा रक्त उत्पादनहरू

HBV स्तनपान वा सामाजिक सम्पर्कबाट **सर्दैन**, जस्तै खाने भाँडाकुँडा बाँड्ने, सँगै खाना खाने, अंगालो हाल्ने, हात मिलाउने र चुम्बन गर्ने।

HBV संक्रमणको उच्च जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूको परीक्षण गराउनुपर्छ

संक्रमणको उच्च जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूमा निम्न कुराहरू समावेश छन्:

-  परिवारका सदस्यहरू (जस्तै आमाबाबु, भाइबहिनी र सन्तानहरू) र CHB भएका व्यक्तिहरूको यौन साझेदारहरू
-  लागूपदार्थको सुई लगाउने व्यक्तिहरू
-  पुरुषसँग यौन सम्बन्ध राख्ने पुरुष
-  HIV- पोजिटिभ व्यक्तिहरू
-  नियमित रूपमा रगत वा रक्त उत्पादनहरू प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरू
-  डायलिसिसमा रहेका मानिसहरू
-  स्वास्थ्यकर्मिहरू जसले बिरामीहरूको रगत वा शरीरको तरल पदार्थको व्यावसायिक एक्सपोजर हुन सक्छ

यो परीक्षणमा सामान्यतया रक्त परीक्षण हरू समावेश हुन्छन् **हेपाटाइटिस बी सतह एंटीजन (HBsAg)** र **हेपाटाइटिस B सतह एंटीबॉडी (anti-HBs)** हेपाटाइटिस बी संक्रमण र प्रतिरक्षा स्थिति क्रमशः आकलन गर्न।



नतिजाको परिणाम		क्लिनिकल व्याख्या
HBsAg	anti-HBs	
सकारात्मक (+)	नकारात्मक (-)	- HBV से संक्रमित - जतिसक्दो चाँडो चिकित्सकीय परामर्श लिनुपर्छ 6 महिनाभन्दा बढी समयसम्म HBsAg को निरन्तरताले क्रोनिक HBV संक्रमणको संकेत गर्दछ
नकारात्मक (-)	सकारात्मक (+)	- HBV संक्रमण छैन - HBV संक्रमणविरुद्ध पर्याप्त सुरक्षात्मक एन्टिबडी हरू राख्नुहोस्
नकारात्मक (-)	नकारात्मक (-)	- HBV संक्रमण छैन - HBV संक्रमणबाट प्रतिरक्षा छैन र हेपाटाइटिस B खोपविचार गर्न सक्छ

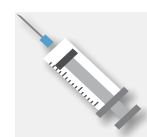
HBV संक्रमणको उपचार कसरी गर्ने?

- एन्टिभाइरल औषधि HBV प्रतिकृतिरोक्न र सिरोसिस, कलेजो को विफलता र कलेजो को क्यान्सर को जोखिम कम गर्न मा प्रभावकारी छ।
- एन्टिभाइरल औषधि कहिले आवश्यक छ भनेर निर्धारण गर्न डाक्टरहरूले CHB भएका प्रत्येक बिरामीको अवस्थाको राम्ररी मूल्यांकन गर्नेछन्।
- CHB भएका बिरामीहरूको **नियमित मेडिकल फलो-अप** र **सान्दर्भिक अनुसन्धानहरू** हुनुपर्दछ, जस्तै कलेजोको कार्यको लागि रगत परीक्षण, अल्फा-फेटोप्रोटीन र भाइरल लोड, र अल्ट्रासोनोग्राफिक पेट परीक्षा, कलेजोको स्थितिमा परिवर्तनको प्रारम्भिक पहिचान र व्यवस्थापनको लागि।



HBV संक्रमणबाट कसरी बच्ने ?

- HBV संक्रमणविरुद्ध प्रतिरक्षा प्राप्त गर्न हेपाटाइटिस B खोप प्राप्त गर्नुहोस्
- खुला घाउलाई हेरचाहका साथ सम्हाल्दा पञ्जा लगाउनुहोस् र राम्रोसँग ब्यान्डेज गर्नुहोस्
- कृपया खूनले प्रदूषित भएको हुन सक्ने व्यक्तिगत संभाल सामग्रीहरू साझा नगर्नुहोस्, जस्तै कि रेजर र नाखुन काट्ने चाकूहरू।
- कृपया सुइ वा अन्य केहि प्रवर्तन उपकरणहरू साझा नगर्नुहोस्।
- सुरक्षित यौन सम्बन्ध को अभ्यास गर्नुहोस् र कण्डमको सही प्रयोग गर्नुहोस्
- पञ्जा लगाउनुहोस् र रगत वा शरीरको तरल पदार्थद्वारा दूषित वस्तुहरू कीटाणुरहित गर्न घरेलु ब्लीच प्रयोग गर्नुहोस्



हेपाटाइटिस B को लागि परीक्षण गर्न, कृपया आफ्नो पारिवारिक चिकित्सकसँग परामर्श गर्नुहोस्।



www.hepatitis.gov.hk

Nepali



控制病毒性肝炎辦公室
Viral Hepatitis Control Office



衛生防護中心
Centre for Health Protection



衛生署
Department of Health

सेप्टेम्बर २०२३