

रोकथाम तथा उपचार

- » लागु पदार्थ प्रयोगकर्ताहरूले लागु पदार्थ प्रयोग गर्दा प्रत्येक पटक नयाँ तथा सफा सुईको प्रयोग गर्नु पर्दछ ।
- » अरुको व्यक्तिगत सामाग्रीहरू जस्तै ब्लेड, रेजर, दाँत माफ्ने ब्रस नड कटर, ट्याटु मसी प्रयोग गर्नु हुदैन ।
- » हेपाटाइटिस 'सी' लाई निको पार्न औषधि नभएको कारणले आफ्नो बानी व्यवहारलाई सकरात्मक बनाउनु नै यसको रोकथामको लागि उत्तम उपाय हो ।
- » हेपाटाइटिस 'ए' र 'बी' को भ्याक्सीन (खोप) लगाएमा यसबाट बच्न सकिन्छ तर हेपाटाइटिस 'सी' को भ्याक्सीन पता लागेको छैन ।
- » हेपाटाइटिस 'सी' को संक्रमण हुने बित्तिकै उपचार गर्न सकेमा यो रोग निको पार्न सकिन्छ तर यो निकै महँगो पर्दछ ।
- » हेपाटाइटिस 'सी' को प्रकार अर्थात जेनोटाईप र भाइरल लोड परीक्षण पश्चात मात्र यसको उपचार अन्तरगत पेगासिस इन्टरफेरोन नामको भ्याक्सीन हप्ताको एक पटक र रिबामिरिन चक्की प्रत्येक दिन ४८ हप्ता सम्म प्रयोग गरेमा यो रोग निको हुन सक्छ । किनकी एक अध्ययन अनुसार जेनोटाईप १ र ४ भएका व्यक्तिलाई ३०% र जेनोटाईप २ र ३ भएका व्यक्तिलाई ७०% मात्र उपचार सफल भएको छ ।
- » उपचारको क्रममा डि. ए. ए. (Direct Acting Antiviral) समुहको सोफुसबुभिर नामक उपचार सबै जेनोटाईप भएका व्यक्तीहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । जुन १००% सफल भएको पाईएको छ ।

हेपाटाइटिस 'सि' को परिक्षण

हेपाटाइटिसको अवस्थाको बारेमा जानकारी पाउनको लागि नजिकको स्वास्थ्य केन्द्रमा गई रगत जाँच गरि कलेजोको अवस्थाको बारेमा थाहा पाउन सकिन्छ र नियमित रूपमा स्वास्थ्यकर्मीहरू सँग परामर्श लिई रोगबाट सुरक्षित वा संक्रमित व्यक्ति स्वास्थ्य रहन सकिन्छ ।

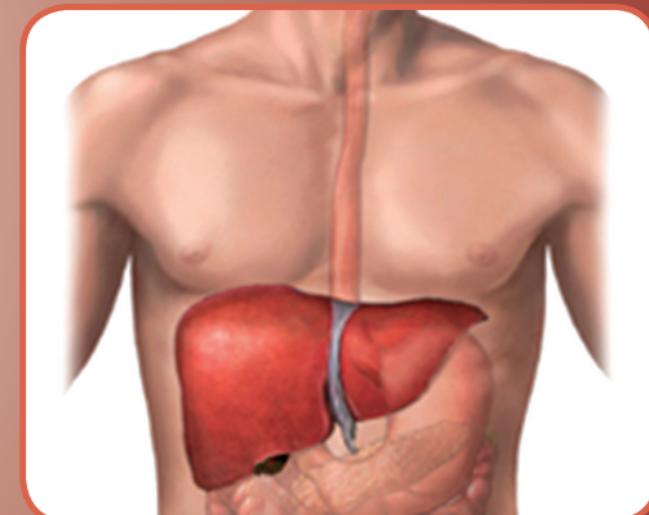
हेपाटाइटिस 'सि' सम्बन्धि जानकारीका लागी सम्पर्क ठेगानाहरू :

काठमाडौं	सम्पर्क: ०१ ४४६६३३९, ०१ ४२३१६८४
ललितपुर	सम्पर्क: ०१ ५०००२६४
भैरहवा	सम्पर्क: ०७१ ५२७४५९
नवलपरासी	सम्पर्क: ०७८ ५२०४०७
विरागञ्ज	सम्पर्क: ०५१ ५२००३५
भक्तपुर	सम्पर्क:



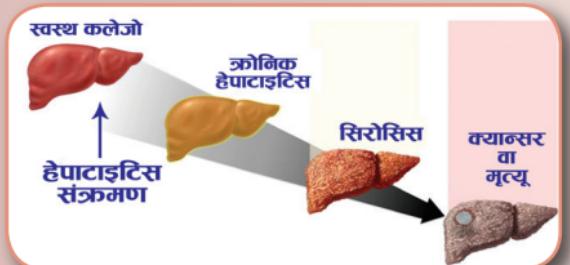
मुख्य कार्यालय
भनिमण्डल, ललितपुर, नेपाल
सम्पर्क : ०१ ५०००२६४, पोष्ट बक्स : ८८०९
इमेल : program@youthvision.org.np
web : www.youthvision.org.np

हेपाटाइटिस 'सि' (Hepatities 'C') सम्बन्धि उपयोगी जानकारी



हेपाटाईटिस 'सी' भनेको के हो ?

हेपाटाईटिस भनेको कलेजो सुनिनु अर्थात कलेजोको संक्रमण हुनु हो। हेपाटाईटिस विभिन्न किसिमका भाइरस, मद्यपान वा लागुपदार्थको प्रयोगबाट हुने गर्दछ। करीव १० प्रतिशत भन्दा बढी हेपाटाईटिसको संक्रमण असुरक्षित सुईको प्रयोगको कारण तथा कलेजोमा असर पार्ने खालका औषधी जस्तै पारासिटामोल तथा अत्याधिक मादक पदार्थको सेवनबाट पनि हुन सक्छ।



भाईरल हेपाटाईटिस 'ए', 'बी', 'सी', 'डी', 'ई' र 'जी' गरि ६ प्रकारका हुन्छन्। प्रत्येक प्रकारको भाईरल हेपाटाईटिस फरक फरक तरिकाबाट सर्ने र जसको लक्षण पनि फरक फरक नै हुने गर्दछ। शरिरमा हेपाटाईटिसको संक्रमण भइसकेपछि कलेजोमा दाग देखा पर्न सक्छ जसलाई 'फाइब्रोसिस' भनिन्छ र यसको असर बृद्धि हुँदै गए पछि 'सिरोसिस' हुन्छ र कुनै कुनै अवस्थामा सिरोसिस भएकाहरूको कलेजोले काम नगर्ने र जसको कारणले क्यान्सर भई मृत्यु सम्म हुने गर्दछ।

हेपाटाईटिस 'सी' विभिन्न तरिकाबाट सर्न सक्छ :

- » हेपाटाईटिस संक्रमित व्यक्तिसँग असुरक्षित यौन सम्पर्क गरेमा,
- » हेपाटाईटिस संक्रमित आमाबाट जन्मने बच्चामा,
- » हेपाटाईटिस 'सी' संक्रमित व्यक्तीसँग सुई साटासाट गरि लागु पदार्थ प्रयोग गरेमा,
- » निर्मलीकरण नगरी छाला छेड्ने औजारहरू प्रयोग गरेमा,
- » जाँच नगरिएको रगत लिएमा,
- » हेपाटाईटिस संक्रमित व्यक्तिले चलाएको एजाटै सिसीबाट सिरिन्जद्वारा लागुपदार्थ फिकदा र द्याटुको लागि एजाटै भाँडाबाट मसी चलाउनाले,
- » अन्य व्यक्तिको व्यक्तिगत सामाग्रीहरू जस्तै ब्लेड, रेजर, दाँत माभ्ने ब्रस नड कटर, द्याटु मसी प्रयोग गरेमा।



हेपाटाईटिस 'सी' को लक्षणहरू :

सामान्यतया, हेपाटाईटिस 'सी' भएको व्यक्तिमा शुरुशुरुमा कुनै लक्षण देखिदैन जुन १० देखी १५ बर्ष अवधि सम्म पनि हुन सक्छ। हेपाटाईटिसका केही मुख्य लक्षण हरू यस प्रकारका छन् :

- » माथिल्लो पेटको दायाँ भागमा सुनिनु र दुख्नु,
- » वाकवाकी लाग्नु, वान्ता हुनु,
- » हल्का ज्वरो आउनु,
- » बढी थकाइ लागेको महशुस हुनु,
- » कमलपित भई छाला, आँखा पहेलो देखिनु, पिसाव गाढा पहेलो हुनु र दिसा हल्का पहेलो रङ्गको हुनु,
- » हात खुट्टाको जोर्नी तथा माशंपेशी दुख्नु आदि।

