

Гепатит В гэж юу вэ?

Гепатит В нь таны элгэнд амьдардаг вирус юм. Дэлхий даяар олон сая хүн түүнтэй хамт амьдарч байна.

Энэ нь цус, биеийн шингэнээр дамждаг, жишээлбэл төрөх үед. Ихэнх хүмүүс энэ вирусыг төрөхдөө эсвэл бага байхдаа авсан байдаг.

Урт хугацааны халдвар нь элэгний ноцтой өвчин (цирроз) эсвэл элэгний хорт хавдар үүсгэдэг. Гэвч ихэнх хүмүүс гепатит В-тэй ч эрүүл байх нь бий.

Одоохондоо эмчлэх арга байхгүй. Вирусыг таны дархлааны систем эсвэл эмчилгээний тусламжтайгаар хянаж болно. Үүнийг хянах нь ноцтой хор хөнөөлийг зогсооход тусалдаг.

В гепатитаар өвчлөх эрсдэлтэй хүмүүс түүнээс хамгаалах вакциныг үнэ төлбөргүй хийлгэж болно.



“Би хүүхэд байхдаа оношлогдсон бөгөөд нас ахих хүртлээ ойлгодоггүй байсан.

Одоо би хүүхдүүдтэйгээ цагийг өнгөрөөж, өдөр бүр алхаж, итгэдэг хүмүүстэйгээ энэ тухай ярилцаж байж л энэ бүхнийг даван туулж байна.”

Танд зориулсан мэдээлэл ба дэмжлэг

Асуулт гарах эсвэл дэмжлэг авах нь хэвийн үзэгдэл юм.

British Liver Trust танд туслахад бэлэн байна.



Ойлгож туслах хүнтэй ярилцахын тулд British Liver Trust-ын сувилагчийн тусламжийн **0800 652 7330** дугаараар **ҮНЭГҮЙ** холбогдоорой.

Бидэнд гепатит В-ийн талаар маш их мэдээлэл байна. Та мөн дэмжлэг үзүүлэх бүлэг эсвэл манай онлайн нийгэмлэгт нэгдэж болно.



Илүү ихийг олж мэдэхийн тулд кодыг уншуулах эсвэл дараахад зочилно уу britishlivertrust.org.uk/translate-hepb

Уг хуудсыг 2023 оны 11-р сард боловсруулсан.
Код: HBV/11/23.

British Liver Trust нь Англи, Уэльст бүртгэлтэй буяны байгууллага юм 298858, Шотланд SC042140.



Mongolian Монгол



Дөнгөж саяхан гепатит В-тэй гэж оношлогдсон

Та юуг мэдэх хэрэгтэй вэ

Та оношлогооны талаар нарийн мэргэжлийн эмч, сувилагчтай уулзах болно.

Та хэдэн сар хүлээх хэрэгтэй болж магадгүй юм. Таны бие сайн байгаа ч явах нь маш чухал юм.

Энэ ухуулах хуудас таныг хүлээж байхад тань туслах болно. Үүнд:

- Гепатит В гэж юу вэ
- Дараа нь юу болох бол
- Бусад хүмүүсийг хамгаалах
- Эрүүл мэндээ анхаарах
- Дэлгэрэнгүй мэдээлэл, дэмжлэгийг хаанаас авах вэ

Дараа нь юу болох вэ?

Эмнэлэгт нарийн мэргэжлийн эмчид үзүүлэх шаардлагатай. Та хэдэн сар хүлээх хэрэгтэй болж магадгүй юм. Санаа зовохгүй байхыг хичээгээрэй. Өөртөө авч явах асуултуудын жагсаалтыг гарга. Хэрэв танд орчуулагч хэрэгтэй бол асууж болно.

Мэргэжилтэн дараахь зүйлийг шалгахын тулд цусны шинжилгээ, элэгний шинжилгээ зэрэг шинжилгээг хийлгэ:

- Вирус хэр идэвхтэй вэ
- Таны элэг гэмтсэн эсэх
- Хэрэв та эмчилгээ хийлгэх шаардлагатай бол

Вирусын түвшинг бага байлгах нь таны элгийг гэмтээхээс сэргийлдэг. Ихэнх тохиолдолд таны дархлааны систем үүнийг хийж чадна. Зарим хүмүүст эмчилгээ шаардлагатай байдаг бөгөөд энэ нь ихэвчлэн таны өдөр бүр хэрэглэдэг шахмал байдаг.

Бүх цаг, үзлэгт хамрагдах нь маш чухал юм. Хэдийгээр та сайн байгаа эсвэл эмчилгээ хийлгээгүй байсан ч гэсэн энэ нь чухал. Вирус таны мэдэлгүйгээр идэвхжиж, элгийг гэмтээж болно.

Таны шинжилгээний үр дүн нууцлалтай байх болно. Эдгээр нь орогнол хүсэх эсвэл цагаачлалын нэхэмжлэлийг шийдвэрлэх боломжид нөлөөлөхгүй.

Бусад хүмүүсийг хамгаалах

Таны ойр дотны хүмүүс гепатит В-тэй байж болно. Эсвэл тэд аль хэдийн өвчилсөн байж магадгүй. Үүнд:

- Танай гэрт амьдардаг хүмүүс, түүний дотор хүүхдүүд
- Таны бэлгийн хавьталд ордог хүмүүс

Та шинжилгээний үр дүнгийн талаар тэдэнтэй ярилцах замаар тэдэнд анхаарал тавихад тусалж болно. Та тэдэнд тайлбарлахын тулд энэ ухуулах хуудсыг үзүүлж болно.

Таны ойр дотны хүмүүс **гепатит В-ийн шинжилгээг үнэ төлбөргүй** өгөхийн тулд эмчээсээ асуугаарай. Мөн тэд гепатит В-ээс хүмүүсийг хамгаалах **аюулгүй вакциныг үнэ төлбөргүй** авах боломжтой.

GP-д бүртгүүлэх нь үнэ төлбөргүй байдаг. www.nhs.uk/service-search/find-a-gp хаягаар орж өөрт ойрхон нэгийг олоорой.

Гепатит В нь хүний цус, биеийн шингэн холилдсон үед дамждаг. Энэ нь хоол хийх, хуваалцах, тэврэх, үнсэлцэх замаар дамжих боломжгүй гэсэн үг юм.

Та вирусын халдварыг зогсооход тусалж чадна.

- Хэрэв таны хамтрагч бүрэн вакцин хийлгээгүй эсвэл гепатит В өвчтэй бол бэлгийн хавьталд орохдоо бэлгэвч эсвэл хамгаалалт хэрэглээрэй.
- Цус авах боломжтой сахлын хутга, шүдний сойз, зүү зэргийг бүү хуваалцаарай.
- Зүссэн, зураас, шархыг гипсээр хучиж, асгарсан цусыг цайруулагч уусмалаар цэвэрлэнэ.

Эрүүл мэндээ анхаарах

Та уулзалтаа хүлээж байхдаа эрүүл мэндээ анхаарч үзэх боломжтой.

- Эрүүл хоол идээрэй
- Архи ууж болохгүй
- Бие бялдрын хувьд идэвхтэй байж, дасгал хөдөлгөөн хий
- Хангалттай унтаж амар
- Бүх үзлэгт хамрагдаарай
- Эрүүл мэндийн мэргэжилтнүүдэд гепатит В эерэг гарсан гэдгээ үргэлж хэл, ингэснээр тэд танд эм хэрэглэхэд аюулгүй эсэхийг шалгах боломжтой болно.

Мөн сэтгэцийн эрүүл мэндээ анхаарч үзээрэй. Хүмүүстэй ярилцах нь тусалж чадна. Хэнд итгэж байгаагаа бодоод тэндээс эхэл. Британийн элэгний итгэлцэл нь гепатит В-тэй бусад хүмүүстэй уулзах боломжтой туслах бүлгүүдтэй.

Гепатит В нь ихэвчлэн шинж тэмдэггүй байдаг. Та бага зэргийн ханиадтай юм шиг санагдаж эсвэл загатнах шинж тэмдэг илэрч магадгүй юм. Эдгээр шинж тэмдгийг арилгахад туслахын тулд эмчийн мэс засал эсвэл эмийн сантай ярилцаарай.

Гепатит В нь ноцтой асуудал үүсгэдэг. Хэрэв танд эдгээр шинж тэмдгүүдийн аль нэг нь байвал A&E-д хандана уу:

- Маш их ядарсан мэдрэмж төрж байна
- Арьс эсвэл нүд (шарлалт) шарлах
- Гэдэс хөөх
- Цусаар бөөлжих, эсвэл давирхай шиг бараан баас