ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ

Hepatitis C Virus Infection

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਕੀ ਹੈ?

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ (ਐਚ ਸੀ ਵੀ) ਕਰਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ।ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋਣ ਤੋਂ 6 ਹਫਤੇ ਬਾਅਦ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਖੇਪ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਦੇ ਤੀਬਰ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਥਕੇਵਾਂ
- ਭੁੱਖ ਨਾ ਲਗਣਾ
- ਬੁਖਾਰ
- ਪੇਟ ਦਰਦ
- ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਦਰਦ
- ਗੂੜ੍ਹਾ ਪੇਸ਼ਾਬ
- ਫਿੱਕੇ ਮਲ
- ਮਤਲੀ ਅਤੇ ਉਲਟੀਆਂ
- ਪੀਲੀਆ (ਪੀਲੀ ਚਮੜੀ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ)

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੈ।ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਥਕੇਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਨੋਦਸ਼ਾ ਪਸਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦਾਂ ਹੋ ਸਕਦਆਂ ਹਨ।ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਲਗਭਗ 75% ਲੋਕ ਚਿਰਕਾਲੀ (ਆਜੀਵਨ) ਵਿਗਾੜ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਣਗੇ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਕਿੰਨਾ ਆਮ ਹੈ?

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹਰ 100 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਬੀ.ਸੀ ਵਿੱਚ ਦਰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਵੱਧ ਹੈ।

ਬੀ.ਸੀ. ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਲਗਭਗ 2,300 ਨਵੇਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵਿਗਾੜ ਹੋਵੇਗਾ, ਪਰ ਹੁਣ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਤਸ਼ਖੀਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਦੇ ਜਿਆਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨਾਂ ਨੇ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਡਰੱਗ ਵਰਤੇ ਹਨ ਜਾਂ ਡਰੱਗਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਮਾਨ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ ਹੈ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਸੁਧਾਰਕ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹਨ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਜਾਂ ਰਹੇ ਸਨ ਜਿਥੇ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਆਮ ਹੈ।ਇਹ ਪੂਰਬੀ ਯੂਰਪ, ਏਸ਼ੀਆ, ਸਬ-ਸਹਾਰਨ ਅਫਰੀਕਾ, ਉੱਤਰੀ ਅਫਰੀਕਾ, ਮਿਡਲ ਈਸਟ, ਔਸਟ੍ਰੇਲੇਏਸ਼ੀਆ ਅਤੇ ਓਸ਼ੇਨੀਆ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹੈ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿਹੜੇ 1945 ਤੋਂ 1975 ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਹਨ
- ਮੂਲ ਵਾਸੀ ਲੋਕਾਂ (ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼, ਮੇਟੀਸ ਅਤੇ ਇੰਨੂਇਟ) ਵਿੱਚ ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀਆਂ ਉੱਚੀਆਂ ਦਰਾਂ ਹਨ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨਾਂ ਨੇ ਅਜਿਹੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਥੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੈਡੀਕਲ ਅਮਲ ਵਰਤੇ ਗਏ ਸੀ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨਾਂ ਨੇ 1992 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਬਦਲੀ, ਖੂਨ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਕੋਈ ਉਤਪਾਦ ਕਿਸੇ ਇੰਦਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਰੋਪਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਤੋਂ ਬਣੇ ਸਾਰੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਅਤੇ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਹੁਣ ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਹੁਣ ਖੂਨ ਦੀ ਬਦਲੀ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਤੋਂ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਹੈ।ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਦੇ ਲਈ ਜੋਖਮ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ 6.7 ਮਿਲੀਅਨ ਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 1 ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਦਸ ਸਕਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਹੈ?

ਐਚਸੀਵੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਲਗਭਗ 5-10 ਹਫਤਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਰੋਗਨਾਸ਼ਕ ਅੰਸ਼ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।ਰੋਗਨਾਸ਼ਕ ਅੰਸ਼ਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇੱਕ ਪੋਜ਼ੀਟਿਵ ਐਚਸੀਵੀ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਟੈਸਟ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਗਏ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕ ਹੋਰ ਬਲੱਡ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹਲੇ ਵੀ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਛੂਤਕਾਰੀ ਹੋ।

4 ਵਿਗਾੜਗ੍ਰਸਤ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਕੁਦਰਤਨ ਹੀ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਸਾਫ ਕਰ ਲੈਣਗੇ; ਬਾਕੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 75% ਲੋਕ ਚਿਰਕਾਲੀ ਵਿਗਾੜ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲੈਣਗੇ।ਕੁਝ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਚਿਰਕਾਲੀ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 15 ਤੋਂ 25% ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਗਰ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਅਤੇ ਜਿਗਰ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਸਮੇਤ, ਜਿਗਰ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਿਗਰ ਬਦਲੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਵਾਇਰਸ ਵਾਲੇ ਖੂਨ ਦੇ ਨਾਲ ਖੂਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।ਵਿਗਾੜ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਐਚਸੀਵੀ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਫੁੰਕਾਰ ਕੇ ਡਰੱਗ ਲੈਣ, ਪੀਣ ਜਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸਮਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੂਈਆਂ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜਾਂ, ਸਟਰਾਅ ਅਤੇ ਨਲੀਆਂ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ
- ਖੂਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਅਜਿਹੇ ਮੁਲਕ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੀ ਬਦਲੀ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦਾ ਉਤਪਾਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਿਥੇ ਖੂਨ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਐਚਸੀਵੀ ਲਈ ਜਾਂਚਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ।ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਇਹ 1992 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਖੂਨ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਅਚਾਨਕ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ ਨਾਲ ਜੀ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀ ਇੱਕ ਸੂਈ ਜਾਂ ਸਰਿੰਜ ਲਗਣ ਨਾਲ
- ਇੱਕ ਮਾਂ ਤੋਂ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ (ਲਗਭਗ 5 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਾਰੀ)
- ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਵਿੰਨ੍ਹਣ ਦੇ ਵਾਕਿਆ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਟੂ, ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਿੰਨ੍ਹਣਾ, ਐਕਿਊਪੰਚਰ, ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਲੇਸਿਸ, ਜੇ ਸਮਾਨ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੈ

ਦੂਸਰੇ, ਘੱਟ ਆਮ ਤਰੀਕੇ ਜਿੰਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਐਚਸੀਵੀ ਫੈਲਦੀ ਹੈ ਹਨ:

- ਜਿਨਸੀ ਸੰਭੋਗ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਖੂਨ ਜਾਂ ਖੁੱਲੇ ਜ਼ਖਮ ਮੌਜੂਦ ਹਨ
- ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬੁਰਸ਼, ਡੈਂਟਲ ਫਲੌਸ, ਰੇਜ਼ਰ, ਨੇਲ ਫਾਇਲਾਂ, ਜਾਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ, ਜਿੰਨਾਂ ਤੇ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਮਾਤਰਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ

ਸਰੀਰ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਸੀਮਨ ਜਾਂ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਦ੍ਰਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਨਿੰਮ੍ਹਾਂ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਇੰਨਾਂ ਦ੍ਰਵਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੇ,ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਐਚ ਸੀ ਵੀ ਦਾ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਣਾ ਗਿਆਤ ਨਹੀਂ ਹੈ:

- ਸਰਸਰੀ ਸੰਪਰਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਫਿਸ ਵਾਲੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ
- ਖੰਘਣਾ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣਾ
- ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਚੁੰਮਣਾ
- ਉਹੀ ਭਾਂਡੇ ਜਾਂ ਕਟਲਰੀ ਵਰਤਣਾ
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਖਮ ਜਾਂ ਝਰੀਟਾਂ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਹਾਵਾਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਲੋਰੀਨ ਵਾਲੇ ਪੂਲ ਵਿੱਚ ਤੈਰਨਾ
- ਕਿਸੇ ਕੀੜੇ ਦੁਆਰਾ ਕੱਟੇ ਜਾਂ ਡੰਗ ਮਾਰੇ ਜਾਣਾ, ਜੋ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਜਾਕੇ ਕੱਟਦਾ ਜਾਂ ਡੰਗ ਮਾਰਦਾ ਹੈ
- ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਚਮੜੀ ਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਥੁੱਕ, ਪੇਸ਼ਾਬ, ਟੱਟੀ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਪਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਐਰੀਓਲਾ ਤੇ ਦਰਾੜਾਂ ਹਨ/ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਨਾ ਨਿਕਲ ਰਿਹਾ ਹੋਏ।ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਦੁੱਧ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾਲ ਕੱਢ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਪਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਾੜਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਨਾ ਨਿਕਲ ਰਿਹਾ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਦੋਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਗੰਦੀ ਸੂਈ ਚੁੱਭ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਗੰਦੀ ਸੂਈ ਚੁੱਭ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਖੂਨ ਦੇ ਵਹਾਓ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਚੋਟ ਲਗੇ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੋ
- ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧੋਵੋ
- ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਓ

ਕੀ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਿਗਾੜ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਹਾਂ।ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਿਗਾੜ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਬੀਸੀ ਫਾਰਮਾਕੇਅਰ ਐਚਸੀਵੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਲਈ ਨਵੀਆਂ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਦਵਾਈਆਂ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਘੱਟ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ (ਕੋਈ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ) ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਅਦਾ ਅਸਾਨ ਹਨ। 8 ਤੋਂ 12 ਹਫਤਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਠੀਕ ਜੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ, ਇਹ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਜਿਗਰ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂਚਾਂ ਅਤੇ ਟੈਸਟ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ, ਫਾਈਬ੍ਰੋਸਕੈਨ® (Fibroscan®) ਜਾਂ ਅਲਟ੍ਰਾਸਾਉਂਡ) ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਹੋਰ ਜਾਂਚਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮਾਹਰ ਕੋਲ ਰੈਫਰ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਲਦੀ ਇਲਾਜ ਵਿਗਾੜ ਨੂੰ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਬਣਨ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਗਰ ਦੀ ਹੋਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਕ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਦੂਸਰੇ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਹਿਊਮਨਇਮਿਊਨੋਡੇਫੇਸ਼ੈਂਸੀ ਵਾਇਰਸ (ਐਚਆਈਵੀ), ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਅਤੇ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ)।

ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੈ, ਕੀ ਦੂਸਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਮੇਰੀ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ।ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ, ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਬੀ, ਨਿਯੂਮੋਕੋਕਲ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਚਸੀਵੀ ਵਿਗਾੜ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਯੂਨਿਟ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੋਲੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #12d ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਨਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #25a ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #33 ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਏ ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #40b ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾਉਣਾ
- HealthLinkBC File #62b ਨਿਯੂਮੋਕੋਕਲ ਕੌਨਜੁਗੇਟ (ਪੀਸੀਵੀ 13) ਵੈਕਸੀਨ
- HealthLinkBC File #102a ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਮਝਣਾ: ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ
- HealthLinkBC File #102b ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਘਟਾਉਣਾ
- HealthLinkBC File #118 ਨੈਲੌਕਸੋਨ:ਅਧਿਕ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਅਫੀਮ ਮਿਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲਏ ਜਾਣ ਦਾ ਇਲਾਜ

ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੈਪਾਟਾਈਟਸ ਸੀ ਐਜੁਕੇਸ਼ਨ ਕੈਨੇਡਾ (Hepatitis Education Canada) https://hepatitiseducation.med.ubc.ca/ ਤੇ ਜਾਓ

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority