ပို၍ သိလိုပါက အောက်ဖော်ပြပါ အင်တာနက်
ဝက်ဘ်ဆိုက်များကို ဝင်ကြည့်ပါ။

http://www.hepb.org/learning_guide/

http://www.cdc.gov/ncidod/diseases/hepatitis/b/fact.htm

http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs204/en/

ဤလက်ကမ်းစာစောင်ကို

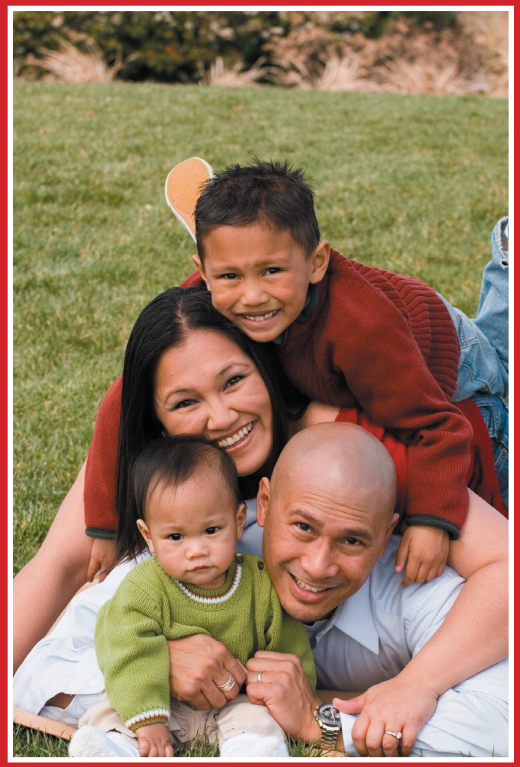
ကျန်းမာသောလမ်း လူထုဆက်သွယ်ရေးကုမ္ပဏီ
(Healthy Roads Media)

ကျန်းမာရေးသတင်းအချက်အလက်များ ဘာသာပြန်အဖွဲ့
(Health Information Translations)

ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးဌာန
(Center for Disease Control and Prevention)
များမှ ရသော အချက်အလက်နှင့် အထောက်အကူများဖြင့်
ပြုစုသည်။

ဤလက်ကမ်းစာစောင်ကို ဒုက္ခသည်များပြန်လည်နေရာချထား
ရေးဌာန၏ ကျန်းမာရေးနှင့် လူသားများဝန်ဆောင်မှုဌာနရုံး၏
ရံပုံငွေထောက်ပံ့မှုဖြင့် ထုတ်ဝေသည်။

U.S. Committee for Refugees and Immigrants
2231 Crystal Drive, Suite 350
Arlington, VA 22202-3711
တယ်လီဖုန်းနံပါတ် 703 • 310 • 1130
ဖက်စ် 703 • 769 • 4241
www.refugees.org



အသည်းရောင် အသားဝါ ဘိ ဆိုတာ ဘာလဲ။

What is Hepatitis B? (Burmese)

U.S. COMMITTEE FOR REFUGEES AND IMMIGRANTS
USCRI

www.refugees.org
Protecting Refugees, Serving Immigrants, Upholding Freedom since 1911

ဘုရားသခင်ဖန်ဆင်းခြင်းခံရသူများ

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ဆိုတာ ဘာလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ဆိုသည်မှာ ဗိုင်းရပ်စ်တစ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်သော ရောဂါ ဖြစ်ပြီး အသည်းကို ထိခိုက်သည်။ ယင်းရောဂါကြောင့် အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ မောပန်းခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ အော့အံခြင်း၊ ကြွက်သားနှင့် ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း၊ အရေပြားနှင့် မျက်လုံးဝါခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်သည်။ ယင်းကို မကုဘဲ ထားပါက အသည်းပျက်စီးခြင်း၊ အသည်းကင်ဆာ ဖြစ်ခြင်းတို့အပြင် အသက်ပါ ဆုံးနိုင်သည်။ အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါရှိသူ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်သည့် လက္ခဏာ မပြချေ။ ယင်းရောဂါသည် ကလေးများတွင်ထက် လူကြီးများတွင် အဖြစ်များသည်။

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ ဘယ်လို ပျံ့နှံ့သလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါရှင်တစ်ယောက်၏ သွေးသည် ယင်းရောဂါမရှိသူ၏ ကိုယ်ခန္ဓာတွင်း ဝင်ရောက်ရာမှ ပြန့်ပွားသည်။ ဤအဖြစ်မျိုးသည် ရောဂါရှိသူနှင့် ကွန်ဒုံးမသုံးဘဲ လိင်ဆက်ဆံခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးနှင့် ဆေးထိုးအပ်ကို အတူသုံးခြင်း၊ သို့မဟုတ် ရောဂါရှိသူမိခင် ကလေးမွေးစဉ် ကလေးထံသို့ ကူးနိုင်သည်။

အောက်ပါတို့မှ အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ မရနိုင်ပါ။

- နမ်းရှုပ်ပွေ့ဖက်ခြင်း
- နှာခေါင်းဆိုးခြင်း
- နို့တိုက်ခြင်း
- အစာနှင့်ရေကို အတူစားသောက်ခြင်း
- ပုံမှန်ထိတွေ့ခြင်း
- ငွေထည်ပန်းကန်ခွက်ယောက်နှင့် ဖန်ခွက် အတူသုံးခြင်း

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ၏ လက္ခဏာများမှာ ဘာတွေလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ၏ လက္ခဏာများတွင်

- အားနည်းမောပန်းခြင်း
- အစားအသောက်ပျက်ခြင်း
- မအီမသာဖြစ်ခြင်း အော့အံခြင်း
- ဝမ်းလျှော ဝမ်းချုပ်ခြင်း
- အမည်းရောင်ဆီးသွားခြင်း
- အဖျားရှိခြင်း
- ခေါင်းကိုက်ခြင်း
- အရေပြားယားယံခြင်း
- အဆစ်အဖြစ်ရောင်ခြင်း၊ ယားယံခြင်း အင်ပျဉ်ထခြင်း

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ အခြားသူများသို့ မကူးအောင် ဘယ်လိုကာကွယ်ရမလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါ ဘီ ရောဂါ ကူးစက်သည့် အခွင့်အလမ်းနည်းအောင်

- ကွန်ဒုံးအမြဲသုံးပါ။
- တရားမဝင်မူးယစ်ဆေးနှင့်ဆေးထိုးအပ်ကို အခြားသူများနှင့် အတူမသုံးပါနှင့်။
- သွားပွတ်တံ၊ မုတ်ဆိပ်ရိတ်ဓား စသည့် သွေးပေနိုင်သည့် တစ်ကိုယ်ရည်သုံးပစ္စည်းများကို အခြားသူများနှင့် အတူမသုံးပါနှင့်။
- သင့်တွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါ ရှိလျှင် သို့မဟုတ် ရှိခဲ့ဖူးလျှင် သွေး၊ ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း၊ အသားမျှင်များကို မပေးလှူပါနှင့်။
- သင့်တွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါ မရှိလျှင် သင်နှင့် သင့်မိသားစုကို ရောဂါကာကွယ်ဆေး မပျက်မကွက် ထိုးပါ။

ကျွန်ုပ်၏ကလေးများကို အသည်းရောင် အသားဝါဘီ ရောဂါကာကွယ်ဆေး ဘာကြောင့် ထိုးရမလဲ။

အသည်းရောင် အသားဝါဘီရောဂါ ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းသည် ယင်း ရောဂါကို အထိရောက်ဆုံး ကာကွယ်နိုင်သည့်နည်း ဖြစ်သည်။ ဆေး ဘက်၊ သိပ္ပံဘက်နှင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဘက် ဆိုင်ရာများ၏ ပြောကြား ချက်အရ အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီရောဂါ ကာကွယ်ဆေးသည် နို့စို့ကလေးများ၊ ကလေးငယ်များနှင့် လူကြီးများတွင်ပါ ယင်းရောဂါကို ကာကွယ်ရန် စိတ်ချစွာ ထိုးနှံနိုင်သည်။ ဆေးကို အကြိမ်များစွာ ထိုးရသည်။ နို့စို့ကလေးများကို ထိုးလျှင် မွေးမွေးချင်း တစ်ကြိမ်၊ ၁ လမှ ၄ လအတွင်း တစ်ကြိမ်နှင့် ၆ လမှ ၁၈ လသားအတွင်း တစ်ကြိမ် ထိုးရသည်။

အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါကာကွယ်ဆေးကို အောက်ပါတို့ကို ထိုးသင့်သည်။

- ၁၉ နှစ်အောက်အရွယ်
- မိသားစုထဲတွင် အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါ ဖြစ်ဖူးလျှင်
- လိင်ဆက်ဆံမှု အပျော်အပါး မကြာခဏ လိုက်စားသူ
- လိင်မှတစ်ဆင့် ကူးစက်ရောဂါ မကြာမီက ဖြစ်ဖူးသူ
- အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါအချိန်ကြာကြာ ဖြစ်နေသူများနှင့် အတူနေသူများ
- သွေးနှင့် ထိတွေ့ရသော အလုပ်လုပ်သူများ

ကျွန်မ ကိုယ်ဝန်ရှိလျှင် ကလေးကို ကူးစက်နိုင်ပါသလား။

သင် ကိုယ်ဝန်ရှိလျှင် ကလေးကို အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ အသည်းရောင်အသားဝါဘီရောဂါ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် လိုမလို ဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပါ။ သင့်ကလေးကို မွေးပြီး ၁၂ နာရီအတွင်း မပျက်မကွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးပါ။