ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਖੇਪ ਤੱਥ

2 ਮਿੰਟ ਜਾਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ!

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਕੀ ਹੈ?

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਜਿਗਰ ਦਾ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਰਮਣ ਹੈ। ਇਹ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵਾਇਰਸ (HBV) ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਜਿਗਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਿਰੋਸਿਸ (ਜਿਗਰ 'ਤੇ ਦਾਣੇ ਹੋਣਾ), ਜਿਗਰ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ, ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਲੋਕ ਜੋ ਬਾਲਗ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਸੰਕਰਮਣ ਨਾਲ ਲੜਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚੋਂ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੱਕ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲਾ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਜੇ ਨਵਜਾਤ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ HBV ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ (ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ) ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਲਗਭਗ 5-10% ਬਾਲਗ, 30-50% ਬੱਚੇ, ਅਤੇ 90% ਨਵਜਾਤ ਬੱਚੇ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਰਮਣ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਲੋਕ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾਅ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ) ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਭਰ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਟੀਕੇ ਨਾਲ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਨਾਲ ਜੀਅ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ

ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ:

- 1.5 ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋ ਜਾਣਗੇ
- ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ 296 ਮਿਲੀਅਨ ਲੋਕ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹਨ
- ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ - ਹਰ ਸਾਲ 820,000 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ - ਹਰ 30 ਸਕਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ 1 ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਵਿੱਚ:

- ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20,000 ਨਵੇਂ ਲੋਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋ ਜਾਣਗੇ
- 2.4 ਮਿਲੀਅਨ ਅਮਰੀਕੀ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹਨ,
- ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਅਮਰੀਕੀ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿਗਰ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗੁਆਉਂਦੇ ਹਨ

ਕੀ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਹਾਂ! ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦੇ ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ। Centers for Disease Control and Prevention (CDC, ਰੋਗ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰ) ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਨਵਜਾਤਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ, 59 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਅਤੇ 60 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕਰਮਣ ਹੋਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਵੱਧ ਹੈ, ਨੂੰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, World Health Organization (ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਗਠਨ) ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਨਵਜਾਤਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ, 18 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ, ਅਤੇ ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਬਸ ਕੁਝ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਕੇ ਤੁਸੀਂ ਉਮਰ ਭਰ ਲਈ ਖੁਦ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ!

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਖੂਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖੂਨ ਦੇ ਖੂਨ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ, ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ, ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ, ਅਤੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਜਾਂ ਜਣੇਪੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਔਰਤ ਤੋਂ ਉਸਦੇ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਖੂਨ ਦੇ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ
- ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ ਨਾਲ
- ਗੰਦੀਆਂ ਜਾਂ ਕਿਟਾਣੂ-ਯੁਕਤ ਸੂਈਆਂ (IV ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਟੈਟੂ/ਵਿੰਨ੍ਹਣ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੂਈਆਂ) ਨਾਲ
- ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਇੱਕੋ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ
- ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਜਾਂ ਜਣੇਪੇ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਮਾਂ ਤੋਂ ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ
- ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਉਸਤਰਾ, ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਬੁਰਸ਼, ਨਹੁੰ ਕੱਟਰ, ਝੁਮਕੇ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਗਹਿਣੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਨਾਲ
- ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕੱਟਣ ਨਾਲ, ਸੜਕ ਉੱਤੇ ਦੁਕਾਨ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ
- ਡਾਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਨਾਈ ਵੱਲੋਂ ਕਿਟਾਣੂ-ਯੁਕਤ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ:

- ਗੱਲ ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਚੁੰਮਣ ਨਾਲ
- ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ ਨਾਲ
- ਆਮ ਸੰਪਰਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੱਫੀ ਪਾਉਣਾ, ਹੱਥ ਫੜ੍ਹਨ ਜਾਂ ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣ ਨਾਲ
- ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਭੋਜਨ ਖਾਣ, ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਨਾਲ

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

- HBV ਨਾਲ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਮਾਵਾਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਘਰ ਵਿਖੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ
- ਉਹਨਾਂ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਗੋਦ ਲਏ ਗਏ ਬੱਚੇ ਜਿੱਥੇ HBV ਕਾਫੀ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ 6 ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਜਿਨਸੀ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਜਿਨਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਚਾਰਿਤ ਰੋਗ (STD) ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ
- ਉਹ ਮਰਦ ਜੋ ਮਰਦਾਂ ਨਾਲ ਸੰਭੋਗ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਸੂਈਆਂ ਅਤੇ ਸਰਿੰਜਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ
- ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਕਿਡਨੀ ਡਾਇਲਸਿਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ
- ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਕਿਸੇ ਸੰਸਥਾਗਤ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇਲ੍ਹ ਜਾਂ ਸਮੂਹ ਘਰ

ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਬੀ ਸੰਬੰਧੀ ਵਾਧੂ ਸਰੋਤ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ)

- Hepatitis B Foundation: http://www.hepb.org
- ਵਾਇਰਲ ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ ਦੀ CDC ਡਿਵੀਜ਼ਨ: https://www.cdc.gov/hepatitis/
- World Health Organization: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs204/en/
- Immunization Action Coalition: http://www.immunize.org