



## হেপাটাইটিস বি কী?

হেপাটাইটিস বি ভাইরাস দ্বারা গুরুতরভাবে লিভার সংক্রমিত হওয়াই হেপাটাইটিস বি। এটির কারণে কয়েক সপ্তাহের স্থায়ী হালকা অসুস্থতা বোধ বা জীবনব্যাপী গুরুতর অসুস্থতা হতে পারে।

প্রতি 4 জন দীর্ঘস্থায়ী হেপাটাইটিস আক্রান্তের মধ্যে 1 জনের গুরুতর লিভার সমস্যা হয় এমনকি ক্যান্সারও হয়, তবে প্রাথমিক পর্যায়ে ধরা পড়লে চিকিৎসা এবং তত্ত্বাবধানের ব্যবস্থা রয়েছে।

## হেপাটাইটিস বি কিভাবে ছড়ায়?

সংক্রমিত ব্যক্তির রক্ত বা শরীরের তরল বর্জ্যের সংস্পর্শের মাধ্যমে একজন থেকে আরেকজনে হেপাটাইটিস বি ছড়িয়ে পড়ে। এটি নিম্নোক্তভাবে ছড়াতে পারে:

- জন্মের সময় গর্ভবতী মা থেকে শিশুর মাঝে
- হেপাটাইটিস বি আক্রান্ত ব্যক্তির রক্তের সংস্পর্শে আসলে
- হেপাটাইটিস বি আছে এমন রোগীর ব্যক্তিগত ব্যবহৃত সামগ্রী যেমন- টুথব্রাশ, রেজর, নেইল ক্লিপার বা চিকিৎসা যন্ত্রপাতি (যেমন- গ্লুকোজ মনিটর) শেয়ারের মাধ্যমে
- যৌন সম্পর্কের মাধ্যমে
- সুই, সিরিঞ্জ বা ওষুধ প্রস্তুতকারী যন্ত্রপাতি শেয়ারের মাধ্যমে

## হেপাটাইটিস বি নিম্নোক্তভাবে ছড়ায় না:

- খাদ্য বা খাবারের থালাবাসন শেয়ারের মাধ্যমে
- নৈমিত্তিক যোগাযোগ যেমন- আলিঙ্গন, চুম্বন বা হাত ধরার মাধ্যমে
- পানি বা বায়ুর মাধ্যমে

## আরও তথ্যের জন্য দেখুন:

Centers for Disease Control and Prevention  
(CDC, সেন্টার ফর ডিজিস কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন)  
[www.cdc.gov/hepatitis/hbv/](http://www.cdc.gov/hepatitis/hbv/)

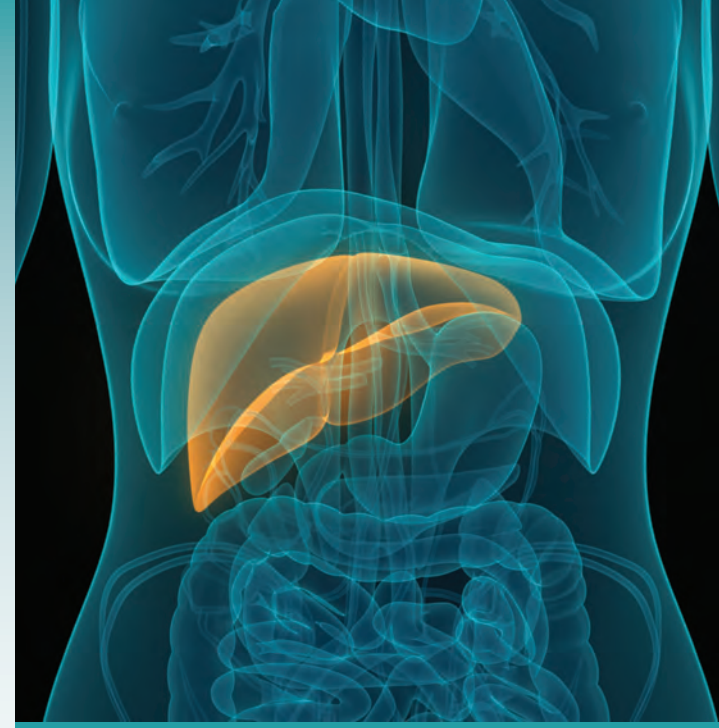


[doh.wa.gov/hepbhub](http://doh.wa.gov/hepbhub)

DOH 420-405 May 2022 Bengali

এই নথিটি অন্য ফরম্যাটে পেতে চাইলে 1-800-525-0127 নম্বরে কল করুন। বধির অথবা কানে কম শুনতে পান এমন গ্রাহকগণ অনুগ্রহ করে 711 (Washington Relay) নম্বরে কল করুন বা [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov) ঠিকানায় ইমেইল করুন।

সোর্স: Minnesota Department of Health, Hepatitis B



# হেপাটাইটিস বি: সকলের যা জানা উচিত





## কাদের টিকা নেওয়া উচিত?

Centers for Disease Control and Prevention (CDC, সেন্টার ফর ডিজিস কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন) অধিকাংশ ব্যক্তিকে হেপাটাইটিস বি টিকা গ্রহণের আহ্বান জানায়, যেমন:

- সকল শিশুর
- ঝুঁকির কারণ ব্যতিরেকে, টিকাবিহীন সকল শিশু এবং 59 বছর বয়স পর্যন্ত সকল প্রাপ্তবয়সীদের
- নিম্নোক্ত ঝুঁকির কারণ সম্পন্ন 60 বছর বা তার উর্ধ্ব বয়সীদের:
  - সুরক্ষহীন যৌন সম্পর্কের কারণে সংক্রমণের ঝুঁকিতে থাকা লোকজনের
  - পারকিউটেনিয়াস বা রক্তে মিউকোসাল দেখা যাওয়ার কারণে সংক্রমণের ঝুঁকিতে থাকা লোকজনের
  - মাঝারি বা উচ্চ হারের হেপাটাইটিস বি সংক্রমণের এলাকায় ভ্রমণকারীগণের
  - যে সকল লোকের দীর্ঘমেয়াদি লিভারের রোগ আছে তাদের
  - HIV (এইচআইভি) সংক্রমিত লোকজনের
  - কারাবন্দীদের
  - হেপাটাইটিস বি থেকে সুরক্ষা প্রত্যাশী অন্যান্য সকল লোকদের



## কাদের পরীক্ষা করানো উচিত?

আপনার যদি হেপাটাইটিস বি থাকে তবে তা জানার একমাত্র মাধ্যম হলো পরীক্ষা করানো।

- সকল গর্ভবতী মায়ের নিয়মিতভাবে হেপাটাইটিস বি পরীক্ষা করানো উচিত। যদি কোনো গর্ভবতী মহিলার হেপাটাইটিস বি থাকে, তবে যথাসময়ে টিকাদান শরীরে ভাইরাসটি ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করতে পারে।
- হেপাটাইটিস বি আছে এমন কোনো ব্যক্তির সাথে বসবাসকারী লোকজনের।
- হেপাটাইটিস বি এর উচ্চ ঝুঁকিতে রয়েছে এমন ব্যক্তিদের, এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত:
  - আফ্রিকা বা এশিয়ার মতো এলাকায় জন্মগ্রহণকারীদের যেখানে হেপাটাইটিস বি খুবই সাধারণ বা যাদের পিতামাতা ঐসব এলাকায় জন্মগ্রহণ করেছেন
  - ইঞ্জেকশনের মাধ্যমে যারা ওষুধ নেয়
  - সমকামী পুরুষদের



## বিশ্বব্যাপী আনুমানিক 296 মিলিয়ন মানুষ

হেপাটাইটিস বি এর সাথে বসবাস করছেন, কিন্তু অনেকেই জানেনই না যে তারা সংক্রমিত কারণ তারা অসুস্থ বোধ করেন না বা তাদের অসুস্থ দেখায় না।



## টিকা কি নিরাপদ?

হেপাটাইটিস বি টিকা নিরাপদ এবং কার্যকরী। এটি 1982 সাল থেকে যুক্তরাষ্ট্রে ব্যবহৃত হয়ে আসছে। বিশ্বব্যাপী এক বিলিয়নেরও বেশি হেপাটাইটিস বি টিকা দেওয়া হয়েছে।

এই টিকার সবচেয়ে সাধারণ পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া হলো হালকা থেকে মাঝারি জ্বর এবং যেখানে টিকা দেওয়া হয়েছিল সেখানে ব্যথা। এইসব পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া 1-2 দিন স্থায়ী হতে পারে।



## আমি হেপাটাইটিস বি টিকা কোথায় পেতে পারি?

টিকা পাওয়ার ব্যাপারে আপনার ফার্মেসি, স্বাস্থ্য সেবাদানকারী বা স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে কথা বলুন। কিছু ক্লিনিক বিনামূল্যে বা কম খরচে হেপাটাইটিস বি টিকা গ্রহণের সুযোগ দেয়।

59 বছর বয়স পর্যন্ত সকল লোকের এবং ঝুঁকিতে থাকা 60 বছরের উর্ধ্বের লোকজনের জন্য স্বাস্থ্য বিমা টিকার দায়িত্ব নিতে পারে।

আপনি যদি সন্তান জন্মদান করেন, তবে আপনি হাসপাতাল ছাড়ার আগে আপনার শিশু হেপাটাইটিস বি টিকা পেতে পারে। নবজাতকদের জন্য বিনামূল্যে এই টিকা দেওয়া হয়।