ہیپاٹائٹس بی کے مختصر اور جامع حقائق

ہر وہ معلومات جو آپ کو 2 منٹ یا اس سے کم وقت میں جاننے کی ضرورت ہے!

ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی دنیا میں سب سے زیادہ عام پایا جانے والا جگر کا سنگین انفیکشن ہے۔ یہ ہیپاٹائٹس بی وائرس (HBV) کی وجہ سے ہوتا ہے، جو جگر کے خلیات پر حملہ کرتا ہے اور سیروسس (داغ)، جگر ناکارہ ہونے، یا جگر کے کینسر کا باعث بن سکتا ہے۔

زیادہ تر صحت مند بالغ افراد جو اس بیماری کا شکار ہوتے ہیں وہ انفیکشن سے لڑنے اور اپنے خون سے وائرس کو صاف کرنے کے قابل ہوتے ہیں۔ اس میں 6 مہینے لگ سکتے ہیں، اور وہ اس دوران متعدی ہوتے ہیں۔ بدقسمتی سے، نوزائیدہ اور چھوٹے بچوں کو HBV کا شکار ہونے کی صورت میں دائمی (زندگی بھر) انفیکشن سے متاثر ہونے کا سب سے زیادہ خطرہ لاحق ہوتا ہے۔

تقریباً 5-10% بالغ افراد، 30-50% بچے، اور 90% نوزائیدہ بچے وائرس سے لڑنے کے قابل نہیں ہوتے ہیں اور ان میں انفیکشن دائمی شکل اختیار کر سکتا ہے۔ دائمی طور پر متاثرہ لوگ وائرس کو دوسروں تک منتقل ہونے کا باعث بنتے ہیں (چاہے ان میں کوئی بھی علامات موجود نہ ہوں) اور انہیں اپنی زندگی کے آخری حصے میں جگر کی بیماری اور جگر کے کینسر کے زیادہ خطرے سے دوچار ہونے کا خطرہ لاحق ہوتا ہے۔
اچھی خبر یہ ہے کہ ایک محفوظ اور مؤثر ویکسین کے ذریعے سے ہیپاٹائٹس بی سے بچا جا سکتا ہے۔ زندگی بھر دائمی ہیپاٹائٹس بی میں مبتلا رہنے والے مریضوں کے لیے بھیمؤثر علاج موجود ہیں۔

تعداد کے اعتبار سے ہیپاٹائٹس بی

دنیا میں:

- 1.5 ملین متاثر ہو جائیں گے
- دنیا بھر میں 296 ملین لوگ ہیپاٹائٹس بی سے دائمی طور پر متاثر ہیں
- ہیپاٹائٹس بی کی پیچیدگیوں جیسے جگر کے کینسر سے ہر 30 سیکنڈ میں 1 شخص - ہر سال 820,000 لوگ مرتے ہیں

ریاست ہائے متحدہ میں:

- کم از کم 20,000 نئے لوگ متاثر ہوں گے
- 2.4 ملین تک امریکی ہیپاٹائٹس بی سے دائمی طور پر متاثر ہیں
- ہزاروں امریکی ہیپاٹائٹس بی اور اس کی پیچیدگیوں، جیسے جگر کے کینسر سے مرتے ہیں

کیا ہیپاٹائٹس بی سے بچاؤ ممکن ہے؟

جی ہاں! ہیپاٹائٹس بی کی محفوظ اور مؤثر ویکسین کے بارے میں اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں اور اپنی اور اپنے پیاروں کی زندگی بھر کے لیے حفاظت کریں۔ Centers for Disease Control and Prevention (CDC، بیماریوں کے کنٹرول اور روک تھام کا مرکز) تجویز کرتا ہے کہ تمام نوزائیدہ بچے، 59 سال تک کے بالغ افراد، اور 60 سال یا اس سے زائد عمر کے بالغ افراد جنہیں انفیکشن لگنے کا زیادہ خطرہ درپیش ہوتا ہے ہیپاٹائٹس بی کی ویکسین لگوائیں۔ امریکہ سے باہر، World Health Organization (WHO، عالمی ادارۂ صحت) تجویز کرتا ہے کہ تمام شیرخوار، بچے، 18 سال تک کی عمر کے نوجوان، اور زیادہ خطرے سے دوچار بالغ افراد ویکسین لگوائیں۔ یاد رکھیں، کہ زندگی بھر کے تحفظ کے لیے صرف چند ٹیکے لگوانے کی ضرورت ہے!

ہیپاٹائٹس بی کیسے پھیلتا ہے؟

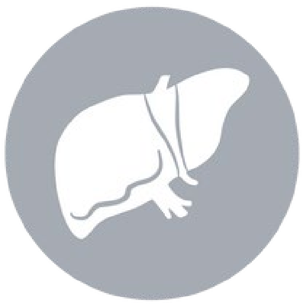
ہیپاٹائٹس بی متاثرہ خون اور جسمانی رطوبتوں سے پھیلتا ہے۔ یہ براہ راست خون سے خون کے رابطے، غیر محفوظ جنسی تعلقات، منشیات کے غیر قانونی استعمال، اور دوران حمل یا بچے کی پیدائش کے دوران متاثرہ عورت سے اس کے نوزائیدہ بچے کو منتقل ہو سکتا ہے۔

ہیپاٹائٹس بی اس طرح پھیل سکتا ہے:

- متاثرہ خون سے براہ راست رابطہ
- غیر محفوظ جنسی تعلقات
- گندی یا جراثیم آلودہ سرنج کی سوئیاں (منشیات کا VI استعمال، ٹیٹو/ناک کان چھیدنے والی سوئیوں کے ذریعے)
- متاثرہ شخص کے ساتھ گھر میں رہنے سے
- دوران حمل یا بچے کی پیدائش کے وقت متاثرہ ماں سے اس کے نوزائیدہ بچے کو
- کسی متاثرہ شخص کے ساتھ استرا، ٹوتھ برش، ناخن کاٹ، بالیاں، یا جسمانی زیورات کے مشترکہ استعمال سے
- کسی متاثرہ شخص کی جانب سے دانتوں سے کاٹنے سے
- سڑک کے کنارے دانتوں کے معالج سے ڈاکٹروں اور حجاموں کی جانب سے جراثیم سے آلودہ آلات کے استعمال سے

ہیپاٹائٹس بی اس طرح نہیں پھیلتا ہے:

- گال یا ہونٹوں پر بوسہ لینے سے
- کھانسنے یا چھینکنے سے
- بے تکلف گلے ملنے، ہاتھ پکڑنے، یا مصافحہ کرنے سے
- کسی متاثرہ شخص کی جانب سے تیار کردہ کھانا کھانے یا اس کے ساتھ کھانا کھانے سے



ہیپاٹائٹس بی کا سب سے زیادہ خطرہ کس کو ہے؟

- HBV سے متاثرہ ماؤں کے ہاں پیدا ہونے والے بچوں کو
- ایسے لوگ جو دائمی طور پر متاثرہ فرد کے ساتھ قریبی گھریلو رابطے میں رہتے ہیں۔
- ایسے ملک سے گود لیے گئے بچے جہاں HBV وسیع پیمانے پر پایا جاتا ہے
- ایسے افراد جو غیر محفوظ جنسی تعلقات رکھتے ہیں یا 6 ماہ کی مدت کے اندر ایک سے زائد افراد کے ساتھ جنسی تعلقات رکھتے ہیں
- ایسے لوگ جن میں جنسی طور پر منتقل ہونے والی بیماری (STD) کی تشخیص ہوئی ہو
- ایسے مرد جو مردوں کے ساتھ جنسی تعلقات رکھتے ہیں
- ایسے افراد جو مشترکہ سوئیاں اور سرنج استعمال کرتے
- ہیں صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والے اور ایمرجنسی حالات
- میں ردعمل ظاہر کرنے والے افراد ایسے لوگ جو گردے کا ڈائیلاسز کروا رہے ہوں
- ایسے افراد جو کسی ادارہ جاتی ماحول میں رہتے یا کام کرتے ہوں، جیسے کہ جیل یا گروپ ہوم

ہیپاٹائٹس بی کے اضافی وسائل (انگریزی میں)

- Hepatitis B Foundation: http://www.hepb.org
- CDC (DVH, Division of Viral Hepatitis، ڈویژن آف وائرل ہیپاٹائٹس): https://www.cdc.gov/hepatitis/
- World Health Organization:http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs204/en/
- Immunization Action Coalition:http://www.immunize.org

Hepatitis B Foundation ایک قومی خیراتی ادارہ ہے جو دنیا بھر میں ہیپاٹائٹس بی سے متاثرہ افراد کے لیے علاج تلاش کرنے اور ان کے معیار زندگی کو بہتر بنانے کے لیے وقف ہے۔

HEPATITIS B FOUNDATION