සුනාමියෙන් ගැලවී දිවි ගලවා ගත් අය සඳහා හෙපටයිටිස් ඒ(සෙංගමාලය) පිළිබඳ විශේෂ තොරතුරු

හෙපටයිටිස් ඒ යනු කුමක් ද?
හෙපටයිටිස් ඒ යනු, හෙපටයිටිස් ඒ වයිරසය මගින් අක්මාවේ ඇති කරන රෝගයකි.

හෙපටයිටිස් ඒ වයිරසය බෝවන්නේ කෙසේද?
හෙපටයිටිස් ඒ වැළඳී ඇති කෙනෙකුගේ මළ පහ වලින් දූෂිත යමක් මුඛයට ඇතුළු වීමෙන්, මෙම වයිරසය පුද්ගලයකුගෙන් පුද්ගලයකුට පැතිරිය හැකිය. වයිරසය වැළඳී ඇති කෙනෙකුගේ මළ පහ වලින් දූෂිත ජලය පානය කිරීමෙන් ද මෙය සිදු විය හැක. ඒ නිසා, සෞඛ්‍ය තත්ත්වයන් දුර්වල, පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව අනුගමනය නොකරන ප්‍රදේශවල මෙම වයිරසය පහසුවෙන් පැතිරී යයි.

හෙපටයිටිස් ඒ රෝග ලක්ෂණ සහ ලකුණු මොනවාද?
සෑම කෙනෙකුටම හෙපටයිටිස් ඒ රෝග ලක්ෂණ සහ ලකුණු පහළ නොවේ. ළමුන්ට වඩා, රෝග ලක්ෂණ ඇති වන්නේ වැඩිහිටියන්ට ය. රෝග ලක්ෂණ ඇත් නම්, ඒවා ක්ෂණිකව මතු වන අතර, ඒවාට උණ, මහන්සිය, ආහාර අරුචිය, ඔක්කාරය, උදරයේ අපහසුතාව, තද පැහැති මූත්‍රා, කහ උණ (ඇස් සහ සම, කහ පැහැ ගැන්වීම)අයත්ය. රෝග ලක්ෂණ සාමාන්‍යයෙන් මාස 2කට අඩු කාලයක් පවතී. කිහිප දෙනෙකු මාස 6ක් පමණ අසනීප ව සිටී. හෙපටයිටිස් ඒ සඳහා, බීජෞෂණ කාල සීමාව දින 28කි. (පරාසය දින 15-50 දක්වා)

ඔබට හෙපටයිටිස් ඒ වැළඳී ඇති බව දැන ගන්නේ කෙසේද?
හෙපටයිටිස් ඒ රෝග නිශ්චය සඳහා ලේ පරීක්ෂාවක් (IgM anti-HAV) හෙපටයිටිස් ඒ වයිරසට ඔබ අනාවරණය වී ඇතැයි සැකයක් පවතින්නේ නම්, වෘත්තීයවේදී, සෞඛ්‍ය සම්බන්ධ නිලධාරියකුගෙන් විමසා බලන්න.

හෙපටයිටිස් ඒ වළක්වා ගත හැක්කේ කෙසේද?
නිතරම අත් සෝදන්න, වඩාත් ම වැසිකිළි යාමෙන් පසුවත්, ආහාර ගැනීමට පෙරත්, කුඩා දරුවකුගේ ඉණකඩ (නැපී) මාරු කිරීමෙන් පසුවත්. ජලය බීමට ගන්නා විට එය, අනුමත කරන ලද ස්ථානයකින් ලැබෙන බවට සහතික වන්න. ආහාර අනුභවයට පෙර, ආහාර, හොඳින් සෝදා හෝ පිස ගෙන ආහාරයට ගන්න.

හෙපටයිටිස් ඒ වයිරස ආසාදනය වළක්වා ගැනීම සඳහා නිෂ්පාදන දෙකක් භාවිතා කෙරේ. ඉමියුන් ග්ලොබියුලින් සහ හෙපටයිටිස් ඒ එන්නත. ඉමියුන් ග්ලොබියුලින් , මගින් ආසාදනයෙන් ක්ෂණික ආරක්ෂාව ලබා දෙන අතර, එම ආරක්ෂාව පවතින්නේ මාස 3ක කාලයක් පමණී. හෙපටයිටිස් ඒ එන්නත, ක්‍රියාකාරී වීමට අවම වශයෙන් සති 2ක් හෝ ගත වන අතර, එමගින් ලැබෙන ආරක්ෂාව අඩුම වශයෙන් වසර 20 ක් හෝ පවතී. මෙම නිෂ්පාදනයන්ගෙන් එකක් හෝ ඔබට සුදුසු ද යන්න ව, ඔබගේ සෞඛ්‍ය සේවා වෘත්තයවේදීන්ගෙන් අසා දැන ගන්න.

වැඩි දුර විස්තර සඳහා, www.cdc.gov/hepatitis/ වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන්න, එසේ නොමැති නම්, CDC හි ක්ෂණික, පොදු ප්‍රතිචාර දුරකථන අංක (888) 246-2675 (ඉංග්‍රීසි), (888) 246-2857 (ස්පාඤ්ඤ), හෝ (866) 874-2646 (TTY) අමතන්න