



香港紅十字會  
HONG KONG RED CROSS

# بیپاٹائٹس کو سمجھیں

五星健康  
五星家

社區健康  
教育計劃

بیپاٹائٹس سے مراد جگر کی سوزش ہے۔ بانگ کانگ میں وائرس سے ہونے والا بیپاٹائٹس زیادہ عام ہے۔ الکحل، منشیات، کیمیکلز یا جینیاتی امراض کی وجہ سے ہونے والا بیپاٹائٹس زیادہ عام نہیں ہے۔  
2020 میں حکومتی اعدادوشمار کے مطابق، بانگ کانگ میں بالترتیب تقریباً 540,000 اور 22,000 افراد بیپاٹائٹس ہی اور سی وائرس سے متاثر ہوئے ہیں۔

بیپاٹائٹس ہی اور سی دونوں وائرس کے انفیکشن دائمی بیپاٹائٹس کا باعث بن سکتے ہیں، جو ممکنہ طور پر سروسس (جگر کا سخت ہو جانا) اور جگر کے کینسر میں تبدیل ہو سکتے ہیں۔ مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ بانگ کانگ میں جگر کے کینسر کے 70 فیصد سے زیادہ کیس دائمی بیپاٹائٹس ہی سے متعلق ہیں۔



## بیپاٹائٹس کی علامات

بیپاٹائٹس وائرس کے ساتھ شدید انفیکشن کے نتیجے میں علامات کا ایک سلسلہ ہوسکتا ہے جیسے تھکاوٹ، بھوک میں کمی، متلی، الٹی، آنکھ کے اسکلیرا (آنکھ کا سفید حصہ) کا پیلا ہونا اور چائے کے رنگ کا پیشاب، یا مریض بالکل ٹھیک ہوسکتا ہے۔

## وائرس سے ہونے والے بیپاٹائٹس کی اقسام

بانگ کانگ میں عام طور پر دیکھے جانے والے وائرس سے ہونے والا بیپاٹائٹس میں بیپاٹائٹس اے، بی، سی اور ای شامل ہیں۔ وائرس سے ہونے والا بیپاٹائٹس کی دیگر نایاب اقسام ہیں جیسے وائرل بیپاٹائٹس ڈی اور جی۔



• بیپاٹائٹس اے اور ای آلودہ پانی اور خوراک جیسے شیل فش کے استعمال سے پھیلے ہیں۔

• بیپاٹائٹس بی کسی متاثرہ شخص کے ساتھ جنسی رابطے یا انجیکشن کے آلات کے اشتراک سے، متاثرہ خون یا خون کی مصنوعات لگانے، یا پیدائش اور بچپن کی مدت کے وقت متاثرہ ماں سے پھیلتا ہے۔

- منتقلی کے دیگر ممکنہ راستوں میں ٹیٹولوجوانا، کان چھیدنا یا آلودہ آلات سے ایکویپمنٹ شامل ہیں۔
- منتقلی کے ان تمام راستوں کا نتیجہ وائرس پر مشتمل جسمانی رطوبت سے رابطہ ہوتا ہے۔
- بانگ کانگ میں، تقریباً 8-10 فیصد آبادی کو بیپاٹائٹس بی ہے جن کے لیے دائمی بیپاٹائٹس، سروسس اور جگر کا کینسر ہونے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔
- بانگ کانگ ریڈ کراس بلڈ ٹرانسفیوژن سروس اس وائرس کو انتقال کے ذریعے منتقلی سے روکنے کے لیے عطیہ شدہ خون کا تجزیہ کرتی ہے۔

• بیپاٹائٹس سی میں خون یا خون کی مصنوعات لگانا جس میں وائرس موجود ہے، متاثرہ شخص کے ساتھ جنسی رابطہ یا آلودہ

انجیکشن کے آلات کا اشتراک کرنا شامل ہیں۔

- بانگ کانگ میں، تقریباً 0.5% آبادی کو دائمی بیپاٹائٹس سی ہے۔ ایک دائمی انفیکشن کی حالت بھی ہے جس میں سروسس اور جگر کے کینسر کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

# تشخیص اور علاج



- فی الحال شدید بیپائائٹس کا کوئی یقینی موثر علاج نہیں ہے، اور ان بیماریوں کا علاج بنیادی طور پر شدید بیماری کے دوران مریض کی مدد کرنا ہے۔ دواؤں کے علاج میں جو دائمی بیپائائٹس بی اور سی کے انفیکشن والے منتخب مریضوں کے لیے تجویز کیے جا سکتے ہیں۔
- چونکہ مختلف بیپائائٹس وائرس کی وجہ سے ہونے والے بیپائائٹس کی علامات ایک جیسی ہوتی ہیں، اس لیے بیپائائٹس کی قسم کی تشخیص صرف خون کے ٹیسٹ کے ذریعے کی جا سکتی ہے۔
- ڈاکٹر تشخیص کے لیے خون کے ٹیسٹ جیسی تحقیقات کا ایک سلسلہ انجام دے گا اور مریض کی حالت کے لحاظ سے مناسب علاج تجویز کرے گا۔



## روک تھام

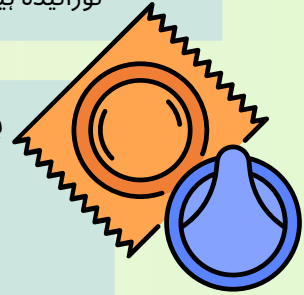


### بیپائائٹس اے اور ای کے خطرے کو کم کریں:

- اچھی طرح سے پکا ہوا کھانا کھائیں، خاص طور پر سمندری غذا۔
- اغیر قانونی کھانا فروش یا ٹھیلے سے کھانا کھانے سے گریز کریں۔
- اکھانے سے پہلے یا بیت الخلاء جانے کے بعد اپنے ہاتھ صابن سے اچھی طرح دھو لیں۔
- ہانگ کانگ میں بیپائائٹس اے اور بی کے لیے موثر ویکسین بھی دستیاب ہیں۔ 1988 سے، ہانگ کانگ نے یونیورسل نوزائیدہ بیپائائٹس بی ویکسینیشن پروگرام شروع کیا ہے۔

### بیپائائٹس بی اور سی کے انفیکشن کے خطرے کو کم کریں:

- محفوظ جنسی عمل کریں (جیسے کنڈوم کا مناسب استعمال)۔
- اسوئیٹن، تیز آلات جیسے استرا، اور ذاتی اشیاء جیسے ٹوتھ برش کا اشتراک نہ کریں۔
- اسوئی چھنے والی چوٹ سے بچنے کے لیے تیز دھار چیزوں کو بڑی احتیاط کے ساتھ استعمال کریں۔
- اکھلے زخم کی صحیح طریقے سے دیکھ بھال کریں۔
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ دوبارہ استعمال کرنے سے پہلے نان ڈسپوزیبل آلات اچھی طرح سے جراثیم کش ہے۔



### اگر مجھے وبائی بیپائائٹس ہو تو میں کیا کر سکتا ہوں؟

- اشراب سے پرہیز کریں جو آپ کے جگر کے لیے نقصان دہ ہے۔
- امتوازن غذا کھائیں۔
- اپنے ڈاکٹر کے مشورے سے باقاعدگی سے ورزش کریں۔
- مناسب آرام کریں۔ طاقت سے زیادہ مشقت نہ کریں۔
- اکوئی بھی غیر تجویز کردہ دوائیں نہ لیں۔ بہت سی دوائیں جگر پر نقصان دہ اثر ڈالتی ہیں۔
- تمباکو نوشی ترک کریں۔



حوالہ جات:

وائرل بیپائائٹس کنٹرول آفس، محکمہ صحت  
مرکز برائے حفاظت صحت، محکمہ صحت

مندرجہ بالا معلومات صرف حوالہ  
کے لیے ہیں۔

مدیر: لام KW 31/07/2023 کو تجدید شدہ