

sasi me zbardhues shtoni dhjetëfishin ujë. Thani zonën me një pecetë të pastër letre.

- Sende të tilla me njolla gjaku si tamponët futini në një qese plastike, mbylleni dhe hidheni në një kosh plehrash jashtë.
- Brisqet dhe gjilpërat e përdorura hidhini në një kosh të veçantë për lëndët e mprehta. Mbajini larg nga fëmijët.
- Tregojini mjekut tuaj të familjes dhe dentistit se jeni me hepatit C.

Ju nuk mund ta përhapni hepatitin C nga:

- Teshtima ose kollitja
- Puthjet ose përqaqimet
- Të ushqyerit me gji
- Ushqimi ose uji
- Përdorimi i enëve dhe gotave të njëjta
- Kontakte të rastësishme (si në punë).

Ju nuk keni nevojë të privoheni nga kujdesi ndaj fëmijëve, shkolla, puna ose aktivitete të tjera, vetëm se jeni me hepatit C. Nëse keni nevojë për këshilla lidhur me hepatitin C dhe punën tuaj, specialisti juaj do t'ju këshillojë.

A ekziston ndonjë vaksinë kundër hepatitit C?

Jo, aktualisht nuk ka asnjë vaksinë kundër hepatitit C.

A ka kurim për hepatitin C?

Po. Kura për hepatitin C ka përparuar ndjeshëm vitet e fundit. Janë zhvilluar barna të reja antivirale të quajtura "Antivirale me veprim të drejtpërdrejtë". Ato e pastrojnë me sukses virusin nga gjaku i shumë prej atyre që trajtohen për këtë. Programi Kombëtar i Trajtimit për Hepatitit C i HSE-së është krijuar për të siguruar që personave që kanë hepatitin C në Irlandë t'u ofrohet akses në opsionet e duhura të trajtimit.

Si mund të informohem më shumë?

Merrni më shumë informacion dhe fletushka informuese nga:

www.hpsc.ie/HepatitisC

www.hse.ie
(Kërkoni për hepatitin C në kutinë në qendër)

www.gov.uk
(Kërkoni për hepatitin C lart majtas)

www.nhs.uk
(Kërkoni për hepatitin C lart djathtas).

www.cdc.gov/hepatitis/hcv/cFAQ.htm
Shërbimet lokale rehabilituese ndaj drogës dhe grupet mbështetëse



Nëse jeni infektuar me hepatitin C

Çfarë duhet të dini



Pjesëmarrësit: Personi i diagnostikuar së fundmi me hepatit C

Data: Prill 2017

Autorët: Grupi i punës për sëmundjen e hepatitit të Departamentit të Shëndetit Publik dhe Qendra e Mbikëqyrjes së Mbrojtjes së Shëndetit, Drejtorja e Shërbimeve Shëndetësore

Çfarë është hepatiti C?

Hepatiti C është një virus që mund të shkaktojë infeksion dhe mund të dëmtojë mëlçinë.

Çfarë nënkuptojnë rezultatet analizës?

Duhet të bëni analizën e gjakut për të ditur nëse jeni infektuar ose jo me hepatitin C. Kjo analizë zakonisht kryhet në dy faza:

1. Së pari, gjaku juaj testohet për antitrupe të hepatitit C. Nëse del pozitiv, atëherë dikur keni qenë të infektuar me hepatit C.
2. Më pas nevojitet një analizë e dytë për të parë nëse jeni ende i infektuar.
 - Nëse del negativ, atëherë ju keni pasur infeksion të hepatitit C në të kaluarën, por mund të mos jeni më të infektuar
 - Nëse testi del pozitiv, atëherë jeni ende me hepatit C.

Të dini se keni hepatit C është e gjë e mirë, pasi ka shumë gjëra që mund të bëni për të mirën tuaj. Specialisti juaj mund t'ju tregojë se çfarë duhet të bëni.

Si u infektova me hepatit C?

Hepatiti C përhapet nga kontakti me gjakun e një personi të infektuar. Ka disa mënyra të ndryshme se si mund të jeni infektuar me hepatitin C.

- Përdorimi i gjilpërave dhe pajisjeve të njëjta të injektimit (“ndikon”) me dikë që është i infektuar është mënyra më e mundshme për të marrë hepatitin C. Shumica e përdoruesve të drogës me shiringë në Irlandë janë infektuar me hepatitin C.
- Ju gjithashtu mund të merrni hepatitin C, duke thithur kokainë
- Në të kaluarën, ka pasur raste që njerëzit janë infektuar me hepatitin C nëpërmjet transfuzionit të gjakut dhe produkteve të tij. Që nga viti 1991, dhurimi i gjakut në Irlandë kontrollohet për hepatit C, kështu që nuk mund të infektoheni më në këtë mënyrë.
- Ekziston një rrezik i vogël që nënat e infektuara t’ia transmetojnë hepatitin C foshnjave të tyre para ose gjatë lindjes. Që kjo të ndodhë raporti është 1 me 20.

Kjo ka më shumë mundësi të ndodhë nëse nëna është e infektuar edhe me HIV.

Ekziston gjithashtu një rrezik i vogël për t’u prekur nga hepatiti C gjatë aktit seksual. Kjo ka më shumë gjasa të ndodhë nëse personi me hepatit C është prekur edhe nga HIV-i.

Mënyra të tjera më pak të zakonshme për t’u infektuar me hepatitin C përfshijnë:

- Tatuazhe dhe pirsing në trup pa sterilizimin e duhur
- Lëndime nga gjilpëra te punonjësit e kujdesit shëndetësor
- Përdorimin e përbashkët të sendeve personale si furçat e dhëmbëve dhe brisqet me një person të infektuar
- Dializa e veshkave dhe disa trajtime kirurgjikale dhe dentare mund të shkaktojnë infeksion, por kjo ndodh shumë rrallë.

Specialisti mund të jetë në gjendje t’ju tregojë se si jeni infektuar.

Megjithatë, disa njerëz mund të mos e zbulojnë kurrë se si janë infektuar.

Si do të ndikojë tek unë hepatiti C?

Shumica e njerëzve nuk kanë simptoma në fillim të infektimit me hepatit C.

Disa njerëz mund të humbasin oreksin, të kenë dhimbje stomaku, të ndihen të sëmurë, të kenë të vjella dhe verdhëz (lëkurë dhe sy të verdhë).

Rreth një në katër persona me hepatit C shërohen plotësisht pa u kuruar.

Megjithatë, shumica e njerëzve do ta kenë virusin për shumë vite, apo edhe për gjithë jetën e tyre. Ky njihet si infeksioni “kronik” i hepatitit C.

Nëse keni infeksion kronik, mund të ndiheni mirë për shumë vite.

Nëse hepatiti C nuk kurohet, rreth një në pesë persona me infeksion kronik zhvillon cirrozë (dëmtim) të mëlçisë pas 20-30 vjetësh. Më pas ata mund të vuajnë nga dëmtimi i mëlçisë ose kanceri i mëlçisë.

Si mund të jem i shëndetshëm?

Mëlçia është thelbësore për një shëndet të plotë. Ju nuk mund të jetoni pa të. Ajo është shumë e rëndësishme për pastrimin e alkoolit, drogës dhe helmeve nga trupi juaj.

- Ndaloni pirjen e alkoolit. Alkooli mund të dëmtojë mëlçinë.
- Vaksinohuni kundër hepatitit A dhe hepatitit B – nëse nuk i keni marrë këto vaksina ose keni pasur këto sëmundje.
- Mjeku juaj duhet t’ju dërgojë te një specialist që do t’ju vizitojë lidhur me sëmundjen tuaj dhe do t’ju njoftojë për trajtimin që duhet të merrni. Sigurohuni që të paraqiteni te të gjitha vizitat tuaja.
- Konsultohuni me mjekun tuaj përpara se të merrni ndonjë ilaç të ri, ilaçe pa recetë dhe bimore. Disa nga këto mund të jenë të këqija për mëlçinë tuaj.
- Pyesni mjekun tuaj nëse keni nevojë të bëni vaksinën e gripit.
- Gjenero grupet lokale dhe kombëtare që ofrojnë mbështetje për njerëzit me hepatit C.
- Kujdesuni për veten në aspektin fizik dhe mendor.

Si mund të mbroj të tjerët?

Nëse keni hepatit C, mund të infektoni dikë tjetër. Për ta parandaluar këtë, duhet të siguroheni që gjaku juaj të mos preket nga të tjerët.

Nuk duhet të:

- Përdorni asnjëherë të njëjtat pajisje për injektimin e drogës si gjilpëra ose shiringa me të tjerët.
- Mos lejoni asnjëherë që dikush tjetër të përdorë brisqet, furçat e dhëmbëve ose ndonjë send personal tuajin që mund të ketë gjakun tuaj mbi to.
- Ekziston një rrezik i vogël që mund ta transmetoni hepatitin C gjatë aktit seksual. Përdorimi i prezervativëve e zvogëlojnë këtë rrezik. Për më shumë këshilla, flisni me mjekun tuaj.
- Femrat nuk duhet të kryejnë marrëdhënie seksuale gjatë ose menjëherë pas menstruacioneve.
- Mbuloni prerjet dhe plagët e hapura me një leukoplast ose fashë.
- Pastroni të gjitha gjakderdhjet me peceta letre. Më pas dezinfektoheni zonën me një tretësirë ku në një