



Cagaarshowga B

Waxa aad u baahan tahay
inaad ogaato marka lagaa
helo cagaarshowga B
ee muddada-dheer



Waa maxay cagaarshowga B?

Cagaarshowga B waa fayras saameeya beerka wuxuuna kugu ridi karaa xanuun daran. Waxay qaadan kartaa lix toddobaad ilaa lix bilood laga bilaabo wakhtiga aad cudurka qaaday ka hor inta aysan calaamaduhu soo muuqan. Marxaladdan xanuunka waxaa loo yaqaana cagaarshowga ba'an ee B. Dadka qaarkiis ee qaba cagaarshowga ba'an ee B wax calaamado ah ma yeeshaan. Haddii aad isku aragto calaamado, kuwaan waxaa ka mid noqon kara: qandho, lallabbo, daal, xanuun, cagaarshow (maqaarka iyo indhaha jaalaha ah) iyo kaadi madow.

Inta badan dadka qaba cagaarshowga ba'an ee B ayaa si buuxda ugu bogsada, laakiin waxay qaadan kartaa ilaa lix bilood ama xitaa ka badan.

Dadka qaarkood ma dareemaan caafimaad darro laakiin way sii wadi karaan inay fayraska ku qaadaan dhiiggooda. Tan waxaa loo yaqaana cagaarshowga B ee muddada-dheer. Dad tiro yar ayaa aad ula xanuunsada waxaana laga yaabaa inay ku dhacaan beer xanuun ama dhibaatooyinka beerka ee muddada dheer.

Waa maxay cagaarshowga B ee muddada-dheer?

Dadka qaarkiis weligood kama bogsoonayaan fayraska. Waxaa laga yaabaa inaad caabuqa la noolaato nololahaada oo dhan waxaadna cagaarshowga B ku faafin karta dadka kale. Kani waxa loo yaqaanaa caabuqa cagaarshowga B ee muddada-dheer waxaana laga yaabaa in dadka qaba ay dadka kale qaadsiiyaan.

Waxaa laga yaabaa inaad nololahaada oo dhan dareento caafimaad qab oo aadan muujin caddayn dhaawaca beerka ah. Dadka qaarkiis waxaa ku dhaca cudurka beerka oo aad u daran, sida nabar yeelashada beerka (cirrhosis), beerka oo aan shaqaynayn ama kansar. Haddii aad qabto cagaarshowga B, waxaad weli qaadi kartaa noocyada kale ee cagaarshowga sida cagaarshow A ama C.

Miyey jirtaa daawa loogu talagalay cagaarshowga B?

Dhakhtarkaagu waa inuu kuu gudbiyo dhakhtar khabiir ah kaas oo baari kara cudurka beerka oo ogaan kara haddii daawooyinku ku caawin karaan.

Sidee ayaan u daryeeli karaa beerkayga?

Waa muhiim inaad daryeesho naftaada.

- Ha cabbin khamri. Khamriga waxaa uu dhaawici karaa beerkaaga.

- Haddii aad qabto caabuqa cagaarshowga B ee muddada-dheer dhakhtarkaaga waa inuu kuu gudbiyo dhakhtar khibrad leh si uu kaaga eego cudurka beerka oo uu u ogaado haddii daawooyinku ku caawin karaan.
- Si joogto ah u booqo dhakhtarkaaga.
- Kala tasho dhakhtarkaaga ka hor inta aadan qaadan wax daawooyin cusub ah, daawooyinka aan dhakhtarku qorin iyo daawooyinka dhirta.
- Iska baar cagaarshowga C.
- Qaado tallaalka cagaarshowga A haddii adaan hore iskaga tallaalin.
- Qaado tallaalka hargabka sannadlaha ah.

Sidee ayuu iigu dhacaa cagaarshowga B?

Cagaarshowga B waxa uu ku faafaa marka uu taabto dhiigga ama dareeraha jirka ee qofka cudurka qaba. Waxaad qaadi kartaa cagaarshowga B haddii aad:

- Galmo la samaysay qof sidda cagaarshowga B.
- La wadaagto cirbadaha ama qalabka kale marka aad mukhaadaraad isku durayso.
- Isticmaasho cirbadaha aan la nadiifin inaad ku dalooliso jirka, ku shaabadaysato, ku toobinto, ku qurmiso korontada, ama haddii lagugu duro irbad la isticmaalay.
- La wadaagto sakiimaha, burushyada ilkaha, dharka dhaqmada, shukumaanada, cidiye jarayaasha ama wax kasta oo laga yaabo in dhiig ama dareerayaasha kale ee jirka leh.
- Xiriir la yeelato nabarro dhiig baxaya ama meel jeexan oo qofka cudurka qaba leeyahay.
- Tahay shaqaale daryeel caafimaad ama qof kale oo u bayla noqday dhiiga ama dareeraha jirka ee qofka cudurka qaba.
- Tahay canug uu dhalay qof qaba caabuqa cagaarshowga B ee muddada-dheer.

Xaaladaha qaarkood, isha saxda ah ee caabuqa waligeed lama aqoonsan karo.

Miyaan ku faafin karaa cagaarshowga B dadka kale?

Dadku waxay kaa qaadi karaan cagaarshowga B marka ay taabtaan dhiiggaaga, shahwadaada ama dheecaamada siilka. Waxaa mararka qaarkood lagu faafin karaa qaniinyada bini'aadamka. Fayraska waxaa uu ku noolaan karaa meel ka baxsan jirka mudda ilaa hal isbuuc ah.

Xiriiradaada, sida lammaanahaaga, qoyskaaga ama qof kasta oo kula nool waa in lagaa baaro dhiiga si loo hubiyo inay qabaan cagaarshowga B.

Tallaalka cagaarshowga B miyuu yahay mid badqab ah?

Tallaalka cagaarshowga B waa mid badqab iyo waxtar leh. Lammaanahaaga, qoyskaaga iyo qof kasta oo adiga kula nool waxay isku ilaalin karaan tallaalka.

Tallaalka waxaa badanaa lagu bixiyaa saddex garoojo waxaana ku bixiya dhakhtarka qoyskaaga - booqashada ugu horreysa, hal bil ka dib iyo lix bilood ka dib duritaanka koowaad. Mararka qaarkood garoojooyinka waxaa lagu bixiyaa si degdeg ah.

Dadka qaarkood ayaa laga yaabaa inay u baahdaan garoojooyin dheeraad oo tallaalka ah ka hor inta aan la ilaalin. Tiro aad u yar oo dad ah ayaan ka jawaabcelineynin tallaalka mana difaacno.

Sidee ayaan dadka kale uga ilaalin karaa caabuqa cagaarshowga B?

Waa kuwan waxa aad u baahan tahay inaad samayso si aad dadka kale u ilaaliso:

- Ku dabool wixii jeextin iyo nabarro furan ah sharooto ama faashad.
- Si fiican u dhaq gacmahaaga ka dib markaad taabato dhiigaaga ama dareeraha jirkaaga.
- Ku rid tiishashka (iyo alaabooyin kale) ee ku wasakhoobay dhiig ama dareerayaasha jirka bac ka hor inta aadan ku tuurin baaldiga qashinka.
- Nadiifi dhiigaaga daadanaya. Kadibna dib ugu nadiifi aagga xal warankiilo ah (hal qayb oo warankiilada reerka ah ilaa 10 qaybood oo biyo ah).
- Ha la wadaagin burushka ilkaha, sakiimaha, cirbadaha, galalka cidiyaha, cidi jarayaasha, maqasyada cidiyaha, dharka dhaqmada ama shukumaanada.
- Haddii aad mukhaadaraad isku durto, jooji isku durida ama gal barnaamijka dhaqancelinta. Waligaa ha wadaagin daroogooyinka, irbadaha, silingaha, suufka, biyaha, ama koobabka biyo raacinta.
- Ha ku deeqin dhiig, balaasma, xubnaha jirka, nudaha unuga shahwada.
- Lammaanahaaga galmada waxaa uu halis ugu jiraa inuu adiga kaa qaado cagaarshowga B. U sheeg lammaanahaaga(-yaashaada) in aad qabtid cagaarshowga B. Waa in ay booqdaan dhakhtar si

dhiig looga baaro si loo eego in ay qabaan. Haddii aysan cudurka qabin waa in la tallaalaa. Isticmaal kondhoomyo ilaa lamaanahaaga laga difaacaayo.

- Dadka kale ee ku nool gurigaaga ayaa khatar ku jira. U sheeg qof kasta oo kula nool inay u booqdaan dhakhtarkooda si looga baaro dhiig loona tallaalo.
- Haddii uu kugu dhaco caabuqa cagaarshowga B ee muddada-dheer u sheeg lamaanaha galmada ee cusub iyo dadka kasta oo cusub oo kula nool inay is-baaraan oo ayna is-tallaalaan.
- Haddii aad uur leedahay, ilmaha cusub wuxuu u baahan yahay inuu qaato tallaalka iyo borotiinka difaaca jirka ee cagaarshowga B (HBIG) wax yar ka dib dhalashada.
- Haddii qof uu u bayla noqda dhiiggaaga waxa looga ilaalin karaa cagaarshowga B haddii ay si dhakhso ah u helaan daawayn. Waa inay u tagaan dhakhtarkooda ama Waaxdooda Gurmada Degdega ah oo ay sheegaan inay xiriir la yeesheen cagaarshowga B. Waxa lagu duri doonaa borotiinka difaaca jirka ee cagaarshowga B (HBIG) oo waxay bilaabi doonaan koorsada tallaalka cagaarshowga B.
- U sheeg dhakhtarkaaga iyo dhakhtarkaaga ilkaha inaad qabtid cagaarshowga B.

Sidee ayaan canugayga uga ilaalin karaa cagaarshowga B haddii aan uur leeyahay?

Haddii aad uur yeelato, canugaaga waxaa uu halis ugu jiraa inuu kaa qaado cagaarshowga B inta lagu jiro dhalmada ama wax yar ka dib. Tan waxaa looga hortagi karaa.

- Canugaaga waa in lagu duraa borotiinka difaaca jirka ee cagaarshowga B (HBIG) iyo garoojada koowaad ee tallaalka cagaarshowga B wax yar ka dib dhalashada.
- Xaqiiji in canugaaga uu ku dhammaysto koorsada tallaalka cagaarshowga B wakhtiga saxda ah. Baaritaanka dhiiga waa in la sameeyaa marka koorsada tallaalka cagaarshowga B la dhammeeyo si loo xaqiijiyo inay difaacan yihiin.

Kuma faafin kartid cagaarshowga B markaad

- Hindhisto ama qufacdo
- Dhunkanayso ama habsiinayso
- Naasnuujinayso
- Cunto ama biyo
- La wadaagayso suxuunta ama galaasyada
- Xiriirka caadiga ah (sida marka la joogo shaqada)

Xasuusnow:

Kula tali dadka xiriirkaaga ah waa in la tallaalo.

Isticmaal kondhom xilliga galmada si aad u ilaaliso lamaanahaaga iyo naftaada.

Sidee ayaan wax dheeraad ah u ogaan karaa?

Macluumaad waxtar leh oo ku saabsan cagaarshowga B waxaa laga heli karaa ilaha soo socda:

- Dhakhtarka qoyskaaga
- Waaxda caafimaadka dadweynaha ee deegaanka ee HSE

Waxaad ka heli kartaa buug-yarayaal kale oo ku saabsan cagaarshowga B mareegaha soo socda:

- www.hpsc.ie
- www.cdc.gov/hepatitis/hbv
- www.who.int
- www.immunisation.ie



Taariikhda daabacaada: Abriil 2017

Qorayaasha: Kooxda Shaqeynta Cagaarshowga ee Kooxda Cudurada Faafa ee Daawada Caafimaadka Dadweynaha, Waaxyaha Caafimaadka Dadweynaha iyo Xarunta Kormeerka Ilaalinta Caafimaadka, Fulinta Adeegga Caafimaadka.