ہیپاٹائٹس بی ویکسین

آپ کے لیے ضروری معلومات

ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی ایک ایسا وائرس ہے جو جگر کو متاثر کرتا ہے اور آپ کو شدید بیمار کرسکتا ہے۔

ہیپاٹائٹس بی کا شکار کچھ لوگ کبھی بھی وائرس سے چھٹکارا حاصل نہیں کرپاتے اور زندگی بھر کے لئے متاثر رہ سکتے ہیں۔ یہ دائمی ہیپاٹائٹس بی کہلاتا ہے اور جن لوگوں کو یہ ہوتا ہے انہیں «کیریئر» کہا جاتا ہے۔

کچھ شکار افراد میں جگر شدید بیماری کا شکار ہو جاتا ہے۔ کچھ کیریئرز میں کوئی علامات نہیں ہوتیں اور وہ اس بات سے بے خبر ہوسکتے ہیں کہ وہ متعدی مرض کا شکار ہیں لہذا وہ بغیر جانے دوسروں میں وائرس پھیلا سکتے ہیں۔

دائمی ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

کچھ لوگ کبھی بھی وائرس سے چھٹکارا حاصل نہیں کرپاتے ۔ آپ زندگی بھر متاثر رہ سکتے ہیں اور دوسروں میں ہیپاٹائٹس بی پھیلا سکتے ہیں۔ اسے دائمی ہیپاٹائٹس بی انفیکشن کہا جاتا ہے اور جن لوگوں کو یہ ہوتا ہے وہ دوسروں کو متاثر کرسکتے ہیں۔

آپ اپنی پوری زندگی کے لئے صحت مند محسوس کرسکتے ہیں اورکہیں سے بھی نہیں لگے گا کہ آپ کا جگر متاثر ہوا ہے۔ کچھ لوگ زیادہ شدید جگر کی بیماری کا شکار ہو جاتے ہیں، جیسے جگر کے داغ (sisohrric)، جگر کا ناکارہ ہونا یا کینسر۔ اگر آپ کو ہیپاٹائٹس بی ہے تو، آپ ہیپاٹائٹس کی دیگر اقسام جیسے ہیپاٹائٹس اے یا سی کا شکار بھی ہو سکتے ہیں۔

یہ کیسے پھیلتا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی متاثرہ شخص کے خون یا جسم کے سیال کے ساتھ رابطے سے پھیلتا ہے۔ آپ ہیپاٹائٹس بی کاشکار ہو سکتے ہیں اگر آپ:

- ہیپاٹائٹس بی کا شکار شخص کے ساتھ جنسی تعلق قائم کریں۔
- منشیات کا انجکشن لگاتے وقت سوئیوں یا دیگر اشیاء کا اشتراک کریں۔
- جسم چھیدنے، ٹیٹوبنانے، ایکیوپنکچر، الیکٹرولیسس کے لیے جراثیم سے آلودہ سوئیاں استعمال کریں یا کسی کا استعمال شدہ انجیکشن استعمال کریں۔
- ریزر ، دانتوں کا برش ، واش کلاتھ ، تولیہ ، ناخن تراش یا ایسی کوئی بھی چیز شیئر کریں جس پر خون یا جسم کے دیگر سیال ہوسکتے ہیں۔
- کسی متاثرہ شخص کے جسم کے ایسے حصوں کے ساتھ رابطے میں آئیں جہاں سے خون نکل رہا ہو۔
- صحت کے شعبے میں کام کرنے والے کارکن ہیں اور کسی ایسے شخص کے خون رسیدہ جسم سے رابطے میں آتے ہیں جو وائرس کا شکار ہے۔

- کسی ایسے فرد کی اولاد ہیں جو دائمی ہیپاٹائٹس بی انفیکشن کا شکار ہے۔

بعض صورتوں میں یہ تعین کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ ہیپاٹائٹس بی آپ تک کیسے پہنچا۔

آپ مندرجہ ذیل کے ذریعے ہیپاٹائٹس بی کا شکار نہیں ہوتے

- چھینکنا یا کھانسنا
- بوسہ لینا یا گلے لگانا
- دودھ پلانا
- کھانا یا پانی
- برتن یا شیشے کا اشتراک کرنا
- روٹین کے مطابق ملنا (جیسے کام پر)

کیا مجھے خطرہ ہے؟

مندرجہ ذیل گروپوں کو ایچ بی وی انفیکشن کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے اور اگر اب تک انہوں نے ویکسین نہیں لگوائی تو انہیں ہیپاٹائٹس بی ویکسین لگوانی چاہیے:

a) ایسے پیشہ ور افراد جو خون یا خون سے آلودہ اشیاء کے ماحول میں کام کرتے ہیں

- ڈاکٹر، نرس، دانتوں کے ڈاکٹر، دائیاں، لیبارٹری کا عملہ، مردہ خانے کے تکنیکی ماہرین، ایمبولینس کے اہلکار، صفائی کا عملہ، پورٹرز، میڈیکل، نرسنگ اور دانتوں کے طالب علم، دیگر صحت کی دیکھ بھال کے پیشہ ور افراد۔
- ذہنی معذوری (بشمول ڈے کیئر کی سہولیات ، خصوصی سکولوں اور دیگر مراکز) کے مراکز میں عملہ اور نگہداشت کرنے والے۔
- قیدیوں کے ساتھ باقاعدگی سے رابطے میں رہنے والا جیل کا عملہ۔
- سیکورٹی اور ہنگامی سروسز کے اہلکار۔

  - سیکورٹی اور ریسکیو سروسز کے ارکان
  - محکمہ پولیس کے اہلکار
  - فائر سروس کے ارکان
  - مسلح افواج کے اہلکار
  - سیکورٹی کمپنیوں کے ملازمین۔

- کوئی بھی دوسرے کارکن جن کا اپنی ڈیوٹی کے دوران خون سے رابطے میں آنے کا امکان ہو۔

b) خاندان اور گھر میں رہنے والے افراد

- شدید یا دائمی ایچ بی وی انفیکشن کا شکار ماؤں سے پیدا ہونے والے بچے (انفیکشن سامنے آنے کے بعد علاج کے بارے میں ذیل میں پڑھیں)۔
- شریک حیات، جنسی ساتھی، شدید بیماری اور دائمی انفیکشن کا شکار افراد کے ساتھ رہنے والے خاندان اور دیگر افراد۔ اگر کسی فرد میں ہیپاٹائٹس وائرس کی موجودگی کا پتہ چلانے کے لیے ٹیسٹ کروایا جائے تو علاج کی پہلی خوراک بھی اسی وقت دے

دی جائے، ٹیسٹ کے نتائج کا انتظار کرتے ہوئے ویکسی نیشن میں تاخیر نہ کی جائے۔ اگر یہ افراد ماضی میں وائرس کا شکار رہے ہوں تو ہو سکتا ہے اس وقت نہیں ویکسین کی ضرورت نہ ہو۔

c) بچہ گود لینا/رضائی خدمات

- ایسے ممالک جہاں ایچ بی وی کا پھیلاؤ بہت زیادہ یا درمیانے درجے کا ہے وہاں بچوں کو گود لینے والے خاندانوں کے لئے ویکسینیشن کی سفارش کی جاتی ہے۔ ان بچوں کا ٹیسٹ کرنا چاہیے کہ کیا وہ ایچ بی وی انفیکشن کا شکار ہیں یا ماضی میں اس کا شکار تو نہیں رہے۔
- تمام قلیل مدتی رضاعی خدمات فراہم کرنے والوں اور ان کے اہل خانہ کو ہیپاٹائٹس بی ویکسین لازمی لگوانی چاہیے۔ ہیپاٹائٹس کا شکار بچے کو مستقل رضاعی خدمات فراہم کرنے والے اور ان کے اہل خانہ کو بھی حفاظتی ٹیکے لگوانے چاہیئں۔

نوٹ: ہیپاٹائٹس اے کی ویکسین کی بھی ضرورت پڑسکتی ہے۔

d) انجکشن کے ذریعے منشیات استعمال کرنے والے (آئی ڈی یو) اور ان کے رابطے میں آنے والے افراد

- تمام آئی ڈی یوز۔
- ان کے گھر میں رہنے والے افراد، بچے اور آئی ڈی یو کے جنسی ساتھی۔
- ایسے لوگ جن کے بارے میں اندیشہ ہے کہ وہ مستقبل میں انجکشن کے ذریعے منشیات استعمال کرسکتے ہیں(بشمول وہ لوگ جو فی الحال ہیروئن اور / یا کریک کوکین استعمال کرتے ہیں یا ایمفیٹامین پر شدید انحصار کرتے ہیں)۔

e) طبی حالات کی وجہ سے شدید خطرے کا شکار افراد

- خون یا خون کی مصنوعات باقاعدگی سے حاصل کرنے والے افراد اور ایسے افراد جو اس دوران ان کی دیکھ بھال کرتے ہیں۔
- ذہنی معذوری کے حامل افراد جو ڈے کیئر سہولیات، خصوصی سکولوں اور دیگر ایسی جگہوں پر جاتے ہیں۔
- دائمی گردے کی ناکامی کا شکار افراد۔ دائمی گردے کی ناکامی (فینڈرکس یا ایچ بی وی اے ایکس پی آر او ٠٤) کا شکار مریضوں کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ اس مرض کے لیے خصوصی طور پر تیار کردہ ویکسین لازمی لگوائیں۔
- دائمی جگر کی بیماری کا شکار افراد بشمول وہ جو دائمی ہیپاٹائٹس سی کا بھی شکار ہوں۔
- ایسے مریض جن کا مدافعتی نظام کمزور ہے یا جن کے بارے میں مدافعتی نظام کے کمزور ہونے کا امکان پایا جاتا ہے جیسے کہ ایسے افراد جو جسمانی اعضا ٹرانسپلانٹ کرواتے ہیں یا امیونوموڈولیٹری ایجنٹ استعمال کرتے ہیں۔
- ایچ آئی وی کا شکار نوزائیدہ بچوں کو پیدائش کے وقت ہیپاٹائٹس بی ویکسین دی جانی چاہئے اور پھر معمول کے بچپن کے شیڈول کے مطابق اسے جاری رکھنا چاہئے ۔

f) دیگر اقسام کے خطرات کا شکار لوگ

- وہ افراد جو جنسی ساتھی کو بار بار تبدیل کرتے ہیں ، مرد جو مردوں (ایم ایس ایم) کے ساتھ جنسی تعلقات رکھتے ہیں ، مرد اور خواتین جو جنسی کاروبار سے منسلک ہیں ، جماع کرنے والے افراد ، جنسی طور پر ہیپاٹائٹس کے انتقال کا شکار افراد اور ایسے افراد کی دیکھ بھال کرنے والے۔
- حراستی اداروں کے قیدی۔
- ٹیٹو اور جسم چھیدنے والے فنکار / پریکٹیشنرز۔
- ایچ بی وی کے زیادد شکار علاقوں سے آنے والے تارکین وطن۔
- بے گھر لوگ۔
- اعلی یا درمیانے درجے کے پھیلاؤ والے ممالک سے تعلق رکھنے والے والدین کے ہاں پیدا ہونے والے بچے۔
- ایچ بی وی کے اعلی یا درمیانے پھیلاؤ والے علاقوں میں مسافر۔

ویکسین

- ہیپاٹائٹس بی ویکسین ایک محفوظ، مؤثر ویکسین ہے اور اپنے آپ کو بچانے کا ایک بہترین طریقہ ہے۔
- ویکسین عام طور پر تین انجکشن کے کورس کی صورت میں دی جاتی ہے - آپ کے کلینک کے پہلے دورے پر، ایک ماہ بعد اور پہلے انجکشن کے چھ ماہ بعد۔
- تین انجکشن لگوانے کے بعد آپ کے خون کا ٹیسٹ لیا جا سکتا ہے تاکہ ہیپاٹائٹس کی موجودگی کی تشخیص کی جا سکے۔
- کچھ لوگوں کو ویکسین کی اضافی خوراک کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ بہت کم تعداد میں لوگ ایسے ہیں جن پر ویکسین کا مکمل اثر نہیں ہوتے اور وہ ویکسین کے بعد بھی محفوظ نہیں ہوتے۔
- ویکسین کے وقتی اثرات انجکشن والے بازو میں درد اور اس جگہ کے سرخ ہونے کی صورت میں سامنے آ سکتے ہیں۔
- اگر آپ حاملہ ہیں یا اس کی منصوبہ بندی کر رہی ہیں تو، ویکسین حاصل کرنے سے پہلے اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔
- ویکسین آپ تک ہیپاٹائٹس بی پھیلانے کا ذریعہ نہیں بنتی۔

ویکسین لگوائیں

خلاصہ:

- ہیپاٹائٹس بی ایک سنگین بیماری ہے لیکن اس سے بچا جا سکتا ہے۔
- یہ کسی متاثرہ شخص کے خون یا جسمانی سیال کے رابطے میں آنے سے پھیلتا ہے۔
- ویکسینیشن اور اچھی حفظان صحت آپ کو ہیپاٹائٹس بی سے بچا سکتی ہے۔

میں مزید کیسے سیکھ سکتا ہوں؟

ہیپاٹائٹس بی کے بارے میں مفید معلومات مندرجہ ذیل ذرائع سے حاصل کی جا سکتی ہیں:

- آپ کا خاندانی ڈاکٹر
- آپ کا پیشہ ورانہ صحت کا محکمہ
- ایچ ایس ای کا مقامی پبلک ہیلتھ ڈپارٹمنٹ

آپ مندرجہ ذیل ویب سائٹس پر ہیپاٹائٹس بی کے بارے میں دیگر معلومات اور کتابچے حاصل کرسکتے ہیں:

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

تاریخ اشاعت: اپریل 2017ء

مصنفین:پبلک ہیلتھ میڈیسن کے متعدی بیماریوں کے شعبے کا ورکنگ گروپ،پبلک ہیلتھ اور صحت کے تحفظ کی نگرانی کا مرکز، ہیلتھ سروسز ایگزیکٹو