Region of Peel
Working for you
Public Health

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਕੀ ਹੈ?

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਜਿਗਰ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਵਾਲੀ ਲਾਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਸਥਾਈ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਵਿਸ਼ਾਣੂ (HCV) ਦੀ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਲਗਭਗ 75-85% ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਇਸਦੇ ਲੱਛਣ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 2 ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ 90% ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਲੱਛਣਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲਗਣੀ, ਪੇਟ ਦਰਦ, ਜੀ-ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ, ਖਾਰਸ਼, ਪੀਲੀਆ (ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦਾ ਪੀਲਾ ਪੈਣਾ), ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਦਰਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤਕ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ; ਪਰ ਕਈ ਲੋਕ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਹੋ ਰਹੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਿਰੋਸਿਸ (ਦਾਗ) ਜਾਂ ਜਿਗਰ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

HCV ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

- ਕਿਸੇ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਾਲੇ ਤਰਲਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਦੇ ਰਾਹੀਂ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਲਾਗ ਵਾਲੇ ਤਰਲ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਕੱਟ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਜਾਣ।
- ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਉਪਕਰਣਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੂਈਆਂ, ਚਮਚ, ਸਟ੍ਰਾ ਅਤੇ ਫਿਲਟਰ, ਨੂੰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ,ਦੇ ਰਾਹੀਂ।
- ਟੈਟੂ ਬਣਾਉਣ, ਸਰੀਰ ਛਿਦਵਾਉਣ, ਐਕਿਊਪੰਕਚਰ ਅਤੇ ਸੁੰਦਰਤਾ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਕਿਟਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਨਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਉਪਕਰਣ ਵਰਤਣ ਦੇ ਦੁਆਰਾ।
- ਖ਼ੂਨ ਬਦਲਵਾਉਣਾ ਜਾਂ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਉਤਪਾਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਲਈ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। 1992 ਤੋਂ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦਾਨਾਂ ਦੀ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਸੈਕਸ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਣਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਜਣਨ ਅੰਗਾਂ ਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਛਾਲੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਮਾਸਿਕ ਧਰਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- HCV ਵਾਲੀਆਂ 1-5% ਔਰਤਾਂ ਜਨਮ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਮਾਂ ਨੂੰ HIV ਵੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਖਿਆ 10-15% ਤਕ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਨਾਲ HCV ਮਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਿੱਪਲਾਂ ਤੋਂ ਖ਼ੂਨ ਵੱਗ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਾਰਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤਕ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਵੋ।

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਪਾਣੀ, ਭੋਜਨ, ਚੁੰਮਣ, ਛਿੱਕਣ ਜਾਂ ਖਾਂਸੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਦਾ ਪਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਖ਼ੂਨ ਦੀਆਂ ਦੋ ਜਾਂਚਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਜਾਂਚ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕਾਂ ਲਈ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਦੂਜੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਰੀਬੋਨਿਊਕਲਿਅਕ ਐਸਿਡ (HCV RNA) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜਾਂਚ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਵਿਸ਼ਾਣੂ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਜੇ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਜਾਂਚ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਦੂਜੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਇਸਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜ ਹੈ?

ਹਾਂ, ਇਸਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਕੋਲ ਭੇਜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਟੈਟੂ, ਸਰੀਰ/ਕੰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਮੋਰੀਆਂ ਕਰਵਾਉਣ, ਐਕਿਊਪੰਕਚਰ, ਜਾਂ ਸੁੰਦਰਤਾ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਲਈ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ/ਨਵਾਂ ਉਪਕਰਣ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਸੈਕਸ ਸਬੰਧੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਿੱਥੇ ਖ਼ੂਨ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ, ਕੰਡੋਮ ਜਾਂ ਡੈਂਟਲ ਡੈਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਅਜਿਹੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰੋ ਜੋ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ (ਰੇਜ਼ਰ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬੁਰਸ਼, ਨੇਲ ਕਲਿੱਪਰ, ਨੇਲ ਫਾਈਲਾਂ)।
- ਆਪਣੀ ਚਪੜੀ ਤੇ ਕੱਟ ਅਤੇ ਛਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪੱਟੀ ਨਾਲ ਢੱਕੋ।
- ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਟੈਂਪੂਨ, ਡੈਂਟਲ ਫਲੌਸ, ਪੱਟੀਆਂ) ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਸੁੱਟੋ।
- ਜੇ ਮੁਢਲੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਰੁਟੀਨ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ (ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਨੋ, ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਦਾਗ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰੋ, ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਦਾਗਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਪਾਉ, ਦਸਤਾਨੇ ਉਤਾਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ)।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਦੀ ਲਾਗ ਹੋਈ ਸੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੁਬਾਰਾ ਵੀ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਟੀਕਾ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੇ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ A ਅਤੇ ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ B ਦੇ ਟੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਪਤੇ ਤੋਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ:

905-799-7700 ਤੇ ਪੀਲ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ।
www.peelregion.ca

ਕੈਨੇਡਿਅਨ ਲਿਵਰ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ
(416) 491-3353 ਜਾਂ 1-(800) 563-5483
www.liver.ca

CATIE ਹੇਪਾਟਾਇਟਿਸ C
1-800-263-1638
www.hepcinfo.ca

ਜਨਵਰੀ 2011 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ
Punjabi May 2013