হেপাটাইটিস বি ফাস্ট ফ্যাক্ট

2 মিনিট বা তার কম সময়ে আপনার যা জানা প্রয়োজন!

হেপাটাইটিস বি কী?

হেপাটাইটিস বি বিশ্বের সবচেয়ে বেশি হওয়া গুরুতর লিভার সংক্রমণ। এটি হেপাটাইটিস বি ভাইরাস (HBV)-এর কারণে হয়ে থাকে যা লিভারের কোষকে আক্রান্ত করে এবং সিরোসিস (ক্ষত), লিভার অক্ষম বা লিভার ক্যান্সারের কারণ হতে পারে।

এই ভাইরাসে আক্রান্ত বেশিরভাগ স্বাস্থ্যবান প্রাপ্তবয়স্ক মানুষ সংক্রমণটির বিরুদ্ধে লড়াই করতে এবং তাদের রক্ত থেকে ভাইরাসটি দূর করতে সক্ষম হয়। এটি 6 মাস পর্যন্ত সময় নিতে পারে এবং এই সময়ে তারা সংক্রামিত হয়। দুর্ভাগ্যবশত, শিশু ও অল্পবয়সী শিশুরা যদি HBV-এর সংস্পর্শে আসে তাহলে তাদের দীর্ঘস্থায়ী (আজীবন) সংক্রমণ হওয়ার সবচেয়ে বেশি ঝুঁকি থাকে।

প্রায় 5-10% প্রাপ্তবয়স্ক, 30-50% শিশু এবং 90% শিশু ভাইরাসের বিরুদ্ধে লড়াই করতে পারে না যার ফলে দীর্ঘস্থায়ী সংক্রমণের ঝুঁকি তৈরি হয়। দীর্ঘস্থায়ীভাবে সংক্রামিত ব্যক্তিরা ভাইরাসটি অন্যদের শরীরে ছড়িয়ে দিতে পারে (যদিও তাদের কোনো উপসর্গ থাকে না) এবং ভবিষ্যত জীবনে লিভারের রোগ ও লিভার ক্যান্সার হওয়ার ঝুঁকি বাড়িয়ে দেয়।

সুখবরটি হলো হেপাটাইটিস বি একটি নিরাপদ ও কার্যকর ভ্যাকসিনের মাধ্যমে প্রতিরোধ করা যেতে পারে। এছাড়াও দীর্ঘস্থায়ীভাবে হেপাটাইটিস বি আক্রান্তদের জন্য কার্যকর চিকিৎসা রয়েছে।

সংখ্যা অনুযায়ী হেপাটাইটিস বি

বিশ্বে:

- 1.5 মিলিয়ন সংক্রামিত হবে
- বিশ্বব্যাপী 296 মিলিয়ন মানুষ দীর্ঘস্থায়ীভাবে হেপাটাইটিস বি ভাইরাসে সংক্রমিত
- লিভার ক্যান্সারের মতো হেপাটাইটিস বি জটিলতা নিয়ে - প্রতি 30 সেকেন্ডে 1 জন মানুষ - প্রতি বছর 820,000 জন মারা যায়

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে:

- কমপক্ষে 20,000 জন নতুন করে সংক্রমিত হবে
- 2.4 মিলিয়ন আমেরিকান দীর্ঘস্থায়ীভাবে হেপাটাইটিস বি ভাইরাসে সংক্রমিত হয়
- হাজার হাজার আমেরিকান হেপাটাইটিস বি এবং এর জটিলতা যেমন- লিভার ক্যান্সারে আক্রান্ত হয়ে মারা যায়

হেপাটাইটিস বি কি প্রতিরোধ করা যেতে পারে?

হ্যাঁ। হেপাটাইটিস বি ভাইরাসের নিরাপদ ও কার্যকর ভ্যাকসিন সম্পর্কে আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন এবং সারাজীবনের জন্য নিজেকে ও আপনার প্রিয়জনকে সুরক্ষিত রাখুন। Centers for Disease Control and Prevention (CDC, সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন) সুপারিশ করে যে সমস্ত শিশু, অল্পবয়সী, 59 বছর বয়স পর্যন্ত প্রাপ্তবয়স্ক এবং 60 বছর বা তার বেশি বয়সী যারা সংক্রমণের উচ্চ ঝুঁকিতে রয়েছে তারা যেন হেপাটাইটিস বি ভ্যাকসিন গ্রহণ করে। মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের বাহিরে, World Health Organization (WHO, বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা) সুপারিশ করে যে সমস্ত শিশু, অল্পবয়সী, 18 বছর বয়সী কিশোর-কিশোরীরা এবং উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ প্রাপ্তবয়স্ক ব্যক্তিবর্গ যেন ভ্যাকসিনটি গ্রহণ করে। আজীবন সুরক্ষিত থাকার বিনিময়ে এটি শুধুমাত্র কয়েকটি শট নেওয়া, এই বিষয়টি মাথায় রাখুন!

HEPATITIS B FOUNDATION

Hepatitis B Foundation হলো জাতীয় পর্যায়ের একটি অলাভজনক প্রতিষ্ঠান যা বিশ্বব্যাপী হেপাটাইটিস বি ভাইরাসে আক্রান্তদের জন্য একটি নিরাময় স্থান এবং জীবনযাত্রার মানোন্নয়নের জন্য নিবেদিত।

www.hepb.org | 215-489-4900

হেপাটাইটিস বি কিভাবে সংক্রামিত হয়?

হেপাটাইটিস বি আক্রান্তদের রক্ত ও শারীরিক তরলের মাধ্যমে ছড়ায়। এটি সরাসরি রক্ত থেকে রক্তের সংস্পর্শে, অনিরাপদ যৌন মিলন, অবৈধ ড্রাগ ব্যবহার এবং গর্ভাবস্থা বা প্রসবের সময় একজন সংক্রামিত মহিলা থেকে তার নবজাতকের মধ্যে ছড়িয়ে দিতে পারে।

হেপাটাইটিস বি নিম্নোক্তভাবে ছড়াতে পারে:

- সংক্রমিত রক্তের সরাসরি সংস্পর্শ পেলে
- অনিরাপদ যৌন মিলনে
- নোংরা বা জীবাণুযুক্ত সূঁচের ব্যবহার (IV ড্রাগ সেবন, ট্যাটু/ছিদ্র করা সূঁচ)
- একজন সংক্রামিত ব্যক্তির সাথে একই পরিবারে বসবাস করলে
- গর্ভাবস্থায় বা প্রসবের সময় একজন সংক্রামিত মা তার নবজাতক শিশুর শরীরে
- সংক্রমিত ব্যক্তির সাথে রেজার, টুথব্রাশ, নেইল ক্লিপার, কানের দুল বা শরীরের গয়না শেয়ার করলে
- একজন সংক্রমিত ব্যক্তির কামড় থেকে
- রাস্তার পাশের দন্ত চিকিৎসক, ডাক্তার ও নাপিতদের ব্যবহৃত জীবাণুযুক্ত যন্ত্র থেকে

হেপাটাইটিস বি নিম্নোক্তভাবে ছড়ায় না:

- গালে বা ঠোঁটে চুমু খেলে
- কাশি বা হাঁচির মাধ্যমে
- নৈমিত্তিক যোগাযোগ যেমন- আলিঙ্গন, হাত ধরা বা করমর্দন
- সংক্রামিত কোনো ব্যক্তির তৈরিকৃত খাবার খেলে বা একসাথে খেলে

কারা হেপাটাইটিস বি ভাইরাসের ঝুঁকিতে সবচেয়ে বেশি?

- HBV ভাইরাসে আক্রান্ত মায়েদের থেকে জন্ম নেওয়া শিশুরা
- যে ব্যক্তিরা দীর্ঘস্থায়ীভাবে সংক্রামিত ব্যক্তির সাথে একই পরিবারে বসবাস করে থাকেন
- HBV ছড়িয়ে আছে এমন কোনো দেশ থেকে দত্তক নেওয়া শিশু
- যেসব ব্যক্তি অনিরাপদ যৌনমিলন করেছেন বা 6-মাসের মধ্যে একাধিক যৌন সঙ্গীর সাথে মিলিত হয়েছেন
- যে লোকদের যৌন সংক্রামিত রোগ (STD) ধরা পড়েছে
- পুরুষদের সাথে যৌনমিলন করে এমন পুরুষদের
- সূঁচ এবং সিরিঞ্জ শেয়ারকারী ব্যক্তিদের
- স্বাস্থ্য সেবাদানকারী ও জরুরি সেবাদানকারী ব্যক্তিদের
- কিডনি ডায়ালাইসিস চলছে এমন রোগীদের
- কারাগার বা গ্রুপ হোমের মতো প্রাতিষ্ঠানিক সেটিংয়ে থাকা বা কাজ করা ব্যক্তিদের

হেপাটাইটিস বি ভাইরাসের অতিরিক্ত রিসোর্স (ইংরেজিতে)

- Hepatitis B Foundation: http://www.hepb.org
- CDC Division of Viral Hepatitis (DVH, ডিভিশন অব ভাইরাল হেপাটাইটিস): https://www.cdc.gov/hepatitis/
- World Health Organization: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs204/en/
- Immunization Action Coalition: http://www.immunize.org