ስለ ሂፐታይት ኤ፣ ቢ እና ሲ አንዳንድ እውነታዎች
እንዲሁም ከነዚህ በሽታዎች እንዴት መከላከል እንደሚቻል

ሂፐታይት ምንድን ነው?

ሂፐታይት ማለት በጉበት ውስጥ ያለው ህመም ማለት ነው። ብዙ ቫይረሶች በጉበት ውስጥ ህመም ያመጣሉ። ዋናዎቹም የሂፐታይት ኤ ቫይረስ፣ ሂፐታይት ቢ ቫይረስና ሂፐታይት ሲ ቫይረስ ናቸው። ሁሉም ባይሆኑም ብዙዎቹ በነዚህ ቫይረሶች ሲለከፉ ብጫማነት ያለው የበሽተኛነት ምልክት [symptom]፤ የዓይኖችና ቆዳው ብጫ መሆን፤ የሰውነት መዳከም፤ ትውከትና የጨጓራ ህመም ይታይባቸዋል። ከምልክቶቹ በመነሳት የትኛው ዓይነት ቫይረስ እንደያዘህ ማወቅ አይቻልም። ይህንን ማሳየት የሚችለው የደም ምርመራ ብቻ ነው።

በአብዛኛው ሂፐታይት የሚይዘው እንዲህ ነው

ሂፐታይት ኤ
በተበከለ ምግብና ውሃ አማካይነት እና በደም አማካይነት ለምሳሌ ንፁህ ያልሆኑ መርፌች በመጋራት። ንፁህ ያልሆኑ መርፌዎችን መጋራት ማለት ሌላ ሰው ቀደም ብሎ የተጠቀመባቸውን መርፌዎች ማለት ነው፡

ሂፐታይት ቢ
ያለመከላከያ የግብረ-ሥጋ ግንኙነት በማድረግ፤ በወሊድና በደም አማካ ይነት ለምሳሌ ንፁህ ያልሆኑ መርፌዎችን በመጋራት።

ሂፐታት ሲ
በደም አማካይነት ለምሳሌ ንፁህ ያልሆኑ መርፌዎችን በመጋራት።

ሂፐታይት ኤ

ሂፐታይት ኤ ቀደም ብሎ በኖርዌይ ውስጥ የተለመደ ነበር፡፡ በአሁኑ ጊዜ በሽታው የሚታይው አልፎ አልፎ ሲሆን በአብዛኛው በውጪ አገር ተይዘው የሚመጡና አደንዛዥ ዕፅ የሚወሰድ ሰዎች ላይ ነው፡፡ ብዙን ጊዜ በሽታው ከያዛቸው አዋቂዎች ከልጆች የበለጠ ይታመማሉ፡፡ በሽታው የያዛቸው ሰዎች ሰገራ ውስጥ ቫይረሱ ለየት ብሎ ይታያል፡፡ ስለሆነም በሽታው በአብዛኛው የሚተላለፈው በፍሳሽ በተበከለ ውሃ ወይም በበሽታው የተያዙ ሰዎች ንፅህና በጎደለው ሁኔታ ባዘጋጁት ምግብ አማካይነት ይሆናል፡፡ አልፎ አልፎም በሽታው በግብረ-ስጋ ግንኙነት ሊተላለፍ ይችላል፡፡

በበሽታውን እንዴት መከለከል ይቻላል?

በምግብ ዝግጅትና በሽንት ቤት አጠቃቀም ጊዜ እጅን በደንብ መታጠብ ያስፈልጋል፡፡ ከምዕራብ አውሮጳና ከሰሜን አሜሪካ ውጪ ጉዞ ስታደርግ ውሃን በቀጥታ ከምንጩ አትጠጣ፡፡ ለሂፐታይት ኤ ክትባት አለ፡፡ ከምዕራብ አውሮጳ፣ ሰሜን አሜሪካ፣ ጃፓንና አውስትራሊያ ውጪ ጉዞ ስታደርግ የሂፐታይት ኤ ክትባት ብታደርግ ይደገፋል፡፡ የአደንዛዥ ዕፅ ተጠቃሚዎች ክትባቱን በነጻ ማግኘት ይችላሉ፡፡ ንፁህ ባልሆነ መርፌ ባይጠቀሙ መልካም ነው፡፡

ህክምናው

ሂፐታይት ኤ በአብዛኛው መለስተኛ የሆነ በሽታ ነው፤ ግን አስቸጋሪ የሆነና ራሱን በራሱ የሚድን በሽታም ነው፡፡ አደገኛ [ክሮንክ] ደረጃ የሚደርስ በሽታ ግን አይደለም፡፡ አንድ ሰው አንድ ጊዜ በሂፐታይት ኤ ከተያዘ ለቀሪው ህይወቱ መድኅን ይሆናል፡፡

ሂፐታይት ቢ

ሂፐታይት ቢ የሚይዘው በደምና ከሰውነት ውስጥ በሚወጡ ፈሳሾች አማካይነት ነው፡፡ በሽታው በዓለም አቀፍ ደረጃ በጣም የተለመደ ነው፡፡ በኖርዌይ ቁጥራችው በ10 000 እና 15 000 መካከል የሆኑ ሰዎች ክሮንክ ደረጃ የሆነ ሂፐታይት ቢ ቫይረስ ተሸካሚዎች ናቸው፡፡

በሽታውን እንዴት መከላከል ይቻላል?

ኮንዶም ከሂፐታይት ቢ ቫይረስ ይከላከላል፡፡ ለሂፐታይት ቢ ክትባት አለ፡፡ የአደንዛዥ ዕፅ ተጠቃሚዎች ክትባቱን በነጻ ማግኘት ይችላሉ፡፡ ንፁህ ባልሆነ መርፌ ባይጠቀሙ መልካም ነው፡፡

በሽታው ከእናት ወደ ልጅ በእርግዝናና በወሊድ ሊተላለፍ ይችላል፡፡ ግን ልጅትዋ/ልጁ በቀጥታ ከወሊድ በኋላ ኢሙንግሎቡሊን እና ክትባት ቶሎ ካገኘች/ካገኘ የቫይረሱ የማስተላለፍ አደጋ ይቀንሳል፡፡ ስለሆነም ለልጅትዋን/ልጁን ጡት ማጥባት ይቻላል፡፡

ሂፐታይት ቢ በድንገተኛና በክሮንክ ደረጃ ይገኛል።

ድንገተኛ [acute] ሂፐታይት ቢ

በሂፐታይት ቢ ቫይረስ ከሚያዙ ግማሹ ያክል የበሽታውን ምልክት የሚታይባቸው በተያዙ ከሁለት እስከ ስድስት ወሮች ባለው ጊዜ ነው። ብዙዎች በቫይረሱ በተያዙ ጥቅት ወሮች ውስጥ ከበሽታው ይድናሉ። ከዚያ በኋላ ለቀሪው ህይወታቸው መድኅን [immune] ይሆናሉ።

ክሮንክ ሂፐታይት ቢ

በሂፐታይት ቢ ቫይረስ ከሚያዙት ከመቶ እጅ አምስት (5%) ያክሉ ከቫይረሱ ሊፈወሱ አይችሉም። ለነዚህ ቫይረሱ በጉበታቸው ውስጥ ኗሪ ይሆንና በክሮንክ ደረጃ ተሸካሚ ይሆናሉ። የዚህ ዓይነት የክሮንክ ደረጃ ብዙውን ጊዜ ምንም ምልክት የለውም። ስለሆነም የሚታወቀው በደም ምርመራ ብቻ ነው። ብዙዎች በዚህ ዓይነት ክሮንክ ሂፐታይት ቢ የሚያዙት እንደ ጤናማ የሚኖሩ ተላላፊ ቫይረስ ተሸካሚ ናቸው። አንዳንዶቹ ግን ክሮንክ ህመም በጉበታቸው ሊያድግ ይችላል። ይህም ከዓመታት በኋላ ወደ የጉበት ነቀረሳነት የማደግ አደገኛነት ይኖረዋል። ስለሆነም የክሮንክ ሂፐታይት ቢ ቫይረስ ተሸካሚዎች አዘወትረው የደም ምርመራ ቢያደርጉ አስፈላጊ ነው።

የሂፐታይት ቢ ክሮንክ በሽታ ያለባቸው ሰዎች ህመሙ ተሰማቸውም አልተሰማቸው ወደ ሌላ ሰው ማስተላለፍ ይችላሉ። ስለሆነም የክሮንክ ሂፐታይት ቢ ተሸካሚ የሆነ ሰው ደም መስጠት የለበትም፤ የቤተሰቡ አባላትም ነፃ ክትባት ያገኛሉ። ክሮንክ የሆነ የሂፐታይት ቢ ተሸካሚ ዎች ካልተከተበ ሰው ጋራ የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ሲያደርጉ ኮንዶም መጠቀም አለባቸው።

ህክምናው

ክሮንክ ሂፐታይት ቢ አደገኛ ወደ ሆነ የጉበት በሽታ እንዳያድግ አንዳንደ ልዩ በሆኑ መድሀኒቶች ለማዳን ይሞከራል። የማዳን ሙከራው በአንዳንዶች ላይ ውጤት አልባ ሲሆን አንዳንዶች ግን ከበሽታው ለአንዴና ለመጨረሻ ጊዜ ይገላገላሉ።

ሂፐታይት ሲ

ብዙ ዓይነት የሂፐታይት ቫይረስ እንዳለ ለረጅም ዓመታት ይታወቅ ነበር፡፡ ነገር ግን የሂፐታይት ሲ መኖር ለመጀመሪያ ጊዜ በግልጽ የታወቀው በ1989 (እ.አ.አ) ዓ.ም ነው፡፡ በአሁኑ ጊዜ በደም ምርመራ አማካይነት አንድ ሰው በሂፐታይት ሲ ቫይረስ መያዙ መረጋገጥ ይቻላል፡፡ ለሂፐታይት ሲ ምንም ክትባት የለም፡፡

በሽታው እንዴት መከላከል ይቻላል?

ብዙዎቹ ዛሬ የሂፐታይት ሲ እንደለባቸው የታወቁት ቀደም ብሎ ወይም አሁን በመርፌ አማካይነት ወይም ከብዙ ዓመታት በፊት ደም በመቀበል የተያዙ ናቸው፡፡ በአሁኑ ጊዜ ሁሉም ደም ሰጪዎች ይመረመራሉ፡፡ እንደ ሂፐታይት ቢ ሁሉ ንፁህ ባልሆኑ መርፌዎች መጠቀም ለሂፐታይት ሲ የተለመደ መተላለፊያ መንገድ ነው፡፡ በጣም አልፎ አልፎም በግብረ-ሥጋ ግንኙነት የመተላለፍ ሁኔታ ይኖራል፡፡

በሂፐታይት ሲ መያዝ ብዙ ጊዜ ጥቂት የበሽታ ምልክቶችን ያሳናል፡፡ በሽታው በአብዛኛው የሚታወቀው በደም ምርመራዎች ነው፡፡ ጸረ-ሂፐታይት ሲ አንቲቦዲ የታየባቸው ሁሉ በአሁኑ ጊዜ እንደ አስተላለፊ ዎች ወይም የቫይረሱ ክሮንክ ተሸካሚዎች ይቆጠራሉ፡፡ቫይረሱ ሰውነት ውስጥ አሁንም እንዳለ ማወቅ የሚቻለው በረጅም ጊዜ ክትትልና ልዩ የሆኑ የደም ምርመራ ዘዴዎችን በመጠቀም ነው፡፡ የሂፐታይት ሲ ቫይረስ ክሮንክ ተሸካሚዎች አዘወትረው የደም ምርመራ ቢደረግላቸው በጣም አስፈላጊ ነው፡፡ ሂፐታይት ሲ በወሊድ ከእናት ወደ ልጅ የመተላለፍ ዕድሉ በጣም ትንሽ ነው፡፡ በሂፐታይት ሲ ከተያዙ እናቶች የተወለዱ ልጆች ጡት መጥባት ይችላሉ፡፡

ህክምናው

ክሮንክ ሂፐታይት ሲ አደገኛ ወደ ሆነ የጉበት በሽታ እንዳያድግ አንዳንደ ልዩ በሆኑ መድሀኒቶች ለማዳን ይሞከራል። የማዳን ሙከራው በአንዳንዶች ላይ ውጤት አልባ ሲሆን አንዳንዶች ግን ከበሽታው ለአንዴና ለመጨረሻ ጊዜ ይገላገላሉ።

እንዴት መከላከል ይቻላል?

ሂፐታይት ኤ
በምግብና በሽንት ቤት አጠቃቀም በተለይም በውጪ አገር ጥሩ የእጅ ንፅህና መጠበቅ፣ ወደ ውጪ አገር ጉዞ ሲደረግ የምንጭ ውሃን አለመጠጣት፣ ክትባት።

ሂፐታይት ቢ
ኮንዶም መጠቀም፣ ንፁህ ያልሆነ መርፌዎችን መጠቀምን ማስወገድ፣ ክትባት።

ሂፐታይት ሲ
ንፁህ ያልሆኑ መርፌዎችን መጠቀምን ማስወገድ።

የሂፐታይት ቢና ሲ ቫይረስ ተሸካሚዎች ሁሉ ሌሎች ከደማቸው ጋር ንክክ እንዳይኖራቸው ማድረግ አለባቸው። ደም ለጋሽም መሆን አይችሉም። የደም ቆሻሻ በሚያሟሟ ክሎሪን መጣራት አለበት።