

# **Гепатит А, В, С-ийн тухай болон хэрхэн халвараас зайлсхийх тухай**

## **Гепатит гэж юу вэ?**

Гепатит гэдэг нь элэгний урэвсэл гэсэн утгатай.

Элгэнд урэвсэл уусгэдэг олон вирус байдаг бөгөөд хамгийн ноцтой нь гепатит А вирус, гепатит В вирус, болон гепатит С вирус юм. Эдгээр вирусээр халдварласан ихэнх (гэхдээ бугд биш) хумууст шар өвчний (нуд болон арьс шарлана) ядралт, дотор муухай оргих, эсхул гэдэс өвдөх гэх мэт шинж тэмдэг илэрнэ. Эдгээр шинж тэмдгүүдээс хараад аль вирусаар нь халдвар авсан болохыг хэлэх боломжгүй. Зөвхөн цусны шинжилгээ л харуулах болно.

## Гепатит нь дараах байдлаар халдварлана

### Гепатит А

Бохир хунс идэх болон бохир ус ууснаар, мөн цусаар дамжиж жишээ нь бохир тариураас халдварлана. Бохир тариур гэдэг нь өөр хунд хэрэглэсэн тариур гэсэн уг.

### Гепатит В

Хамгаалалтгүй бэлгийн хавьтал, төрөлт болон цусаар, жишээ нь бохир тариураар, дамжиж халдварлана.

### Гепатит С

Цусаар жишээ нь бохир тариураар дамжиж халдварлана.

## Гепатит А

Гепатит А урд нь Норвегид маш элбэг байсан. Өнөөдрийн хувьд энэ өвчин маш ховор гардаг, ихэвчлэн гадаадад халдвар авсан хумуус юмуу мансуурах бодис хэрэглэгчид өвчилдөг. Гепатит А нь том хумууст хуухдээс илуугээр тусдаг. Вирус нь халдварласан хуний өтгөнөөр ялгагдаж гардаг. Тиймээс вирус нь бохирын усаар бохирдсон ус юмуу гарын ариун цэвэр муу сахисан халдвартай хумуусээр бэлтгэгдсэн хунсээр дамжин халдварлана. Өвчин нь бас ховор тохиолдолд бэлгийн хавьталаар дамжина.

### Халдвараас хэрхэн зайлсхийх вэ?

Хоол хийхийн өмнө болон бие зассаны дараа гараа угаах хэрэгтэй. Баруун Европ болон Хойд Америкаас гадуур аялах уедээ крантны ус уухаас зайлсхийх хэрэгтэй. Гепатит А-ын эсрэг вакцин байдаг. Баруун Европ, Хойд Америк, Япон болон Австралиас бусад орнуудад явахаасаа өмнө гепатит А-ын эсрэг вакцин хийлгэхийг зөвлөж байна. Мансууруулах бодис хэрэглэгчид унэгуй вакцин хийлгэж болох бөгөөд бохир тариур хэрэглэхээс зайлсхийх хэрэгтэй.

### Эмчилгээ

Гепатит А нь харьцангуй аюул багатай, гэхдээ зовлонтой бөгөөд аяндаа эдгэрдэг өвчин юм. Энэ нь давтамжтай байнгын өвчин бус. Хэрэв хун гепатит А тусвал улдсэн амьдралынхаа турш дархлалтай болдог.

## Гепатит В

Гепатит В нь цусаар болон биеийн ялгадас шингэнээр дамждаг. Энэ өвчин дэлхийн хэмжээнд маш түгээмэл. Норвегид 10 000-аас 15 000 хун гепатит В вирусын байнгын тээгч байдаг.

### Халдварлахаас хэрхэн зайлсхийх вэ?

Кондом нь гепатит В вирусээс хамгаална. Гепатит В-ын эсрэг вакцин байдаг. Мансууруулах бодис хэрэглэгчид унэгуй вакцин хийлгэж болох бөгөөд бохир тариур хэрэглэхээс зайлсхийх хэрэгтэй.

Жирэмслэлт болон төрөх уед эхээс хуухдэд халдаж болдог, гэхдээ хуухэд төрсний дараахан аль болох хурдан далхлалын глобулин болон вакцин хийлгэснээрээ вирусын халдах аюул багасна. Тэгсэн цагт хуухдийг хөхүүлж болно.

## Гепатит В нь хурц болон байнгын байдлаар аль алинаар нь тохиолддог

### Хурц гепатит В

Гепатит В-ээр халдварласан хумуусийн тал хувь нь халдвар авсан уеэс хойших 2-оос 6 сарын дараа өвчний шинж тэмдэг илэрдэг. Ихэнх халдвар авсан хумуус хэдэн сарын дотор энэ вируснээс ангижрах болно. Тэр хумуус тэгээд улдсэн амьдралаараа гепатит В вирусын эсрэг дархлалтай болдог.

### **Архагшсан гепатит В**

Гепатит В вирусээр халдварласан хумуусийн ойролцоогоор 5 хувь нь энэ вирусээс ангижирдаггүй. Эдгээр хумуусийн элгэн дотор нь энэхүү вирус нь байнга орогнох бөгөөд энэ нь хумуусийг вирус тээгчид болгоно. Ийм байнгын тээгч байдал нь ихэнхдээ ямар ч өвчний шинж тэмдэг өгдөггүй бөгөөд зөвхөн цусны шинжилгээгээр илэрдэг. Ихэнх байнгын гепатит В тусагчид нь вирусыг тээгч эруул хумуус байдаг. Гэвч зарим хумуусийн элэг байнгын урэвсэлтэй болдог. Энэ нь олон жилийн дотор аажмаар элгийг агшааж элэгний хорт хавдар уусгах аюулыг ихэсгэдэг. Тиймээс гепатит В вирусын байнгын тээгчид цусны шинжилгээ тогтмол хийлгэж байх хэрэгтэй.

Байнгын гепатит В туссан хумуус өвчин зовиургүй байсан ч гэсэн бусдад халдаах чадвартай байдаг. Тийм учраас ямар ч байнгын гепатит В туссан хун цус донорлогч байж болохгүй бөгөөд гэр бүлийн бусад гишүүд нь энэ өвчний эсрэг вакцин унэгүй хийлгэж болно. Гепатит В вирусын байнгын тээгчид вакцин хийлгээгүй хумуустэй бэлгийн харьцаанд орохдоо кондом хэрэглэх ёстой.

### **Эмчилгээ**

Байнгын гепатит В туссан уед ноцтой элэгний өвчин уусэхийг зогсоохын тулд тусгай эм тариа хэрэглэдэг эмчилгээ хийж узэх нь зарим уед зохистой байдаг. Эмчилгээний дараа зарим хумуус дахин тусдаг боловч зарим нь энэ халдвараас бүр мөсөн ангижирдаг.

## **Гепатит С**

Гепатитын олон төрлийн вирус байдгийг олон жилийн туршид мэддэг байсан боловч анх 1989 онд гепатит С вирусыг илруулж чадсан. Одоо бол цусны шинжилгээний тусламжтайгаар хунд гепатит С вирус байгаа эсэхийг тогтоож чадна. Гепатит С-ын эсрэг вакцин байдаггүй.

### **Халдварлахаас хэрхэн зайлсхийх вэ?**

Өнөөдрий хувьд гепатит С-тэй гэж байгаа ихэнх хумуус урд нь юмуу одоо тариур хэрэглэсэн явдлаас болж, эсхүл олон жилийн өмнө хийлгэсэн цусаар дамжиж халдвар авсан байгаа. Өнөөдрийн хувьд бух цус донорлогчид шинжлуулсан байгаа. Гепатит В-ын адил гепатит С бохир тариур хэрэглэснээс ихэвчлэн халдварладаг. Маш ховор тохиолдолд бэлгийн замаар халдварлана.

Гепатит С вирусээр халдварлахад өвчний шинж тэмдэг ерөнхийдээ цөөн байдаг бөгөөд өвчин нь цусны шинжилгээгээр л голдуу илэрдэг. Гепатитын эсрэг бодис цусанд нь илэрсэн бух хумуусийг халдвар тээгч гэж үздэг. Зөвхөн удаан хугацааны туршид хяналтад байж, тусгай цусны шинжилгээнүүдийг хийлгэж байж вирус биед байсаар байгаа эсэхийг тодруулна. Гепатит С вирусын байнгын тээгчид голдуу шаналгаа багатай байдаг. Олон жил тээгч байсны дараа зарим хумуус элэгний гэмтэлтэй болдог. Тийм учраас гепатит С вирусыг байнга тээгч хумуус цусны шинжилгээ тогтмол өгч байх нь чухал. Гепатит С ховор тохиолдолд эхээс хуухдэд төрөх уед халддаг. Гепатит С туссан эхчүүдээс төрсөн хуухдийг хөхүүлж болно.

### **Эмчилгээ**

Байнгын гепатит В туссан уед ноцтой элэгний өвчин уусэхийг зогсоохын тулд тусгай эм тариа хэрэглэдэг эмчилгээ хийж узэх нь зарим уед зохистой байдаг. Эмчилгээний дараа зарим хумуус дахин тусдаг боловч зарим нь энэ халдвараас бүр мөсөн ангижирдаг.

## **Халдварлахаас хэрхэн зайлсхийх вэ?**

### **Гепатит А**

Хоол идэхээс өмнө болон жорлонд орсны дараа гараа угаах хэрэгтэй. Ялангуяа гадаадад байхдаа гарын ариун цэврийг сайн сахиж хэрэгтэй. Гадаадад явахдаа крантны ус уухаас зайлсхий. Вакцин хийлгэ.

### **Гепатит В**

Кондом хэрэглэ. Бохир тариур хэрэглэхээс зайлсхий. Вакцин хийлгэ.

(Oversettelse fra norsk til mongolsk. Side 4 av 4)

### **Гепатит С**

Бохир тариур хэрэглэхээс зайлсхий.

Гепатит В болон гепатит С-ын халдвар тээгч бух хумуус бусад хумуус цусанд чинь хурэхээс сэргийлэх ёстой. Туунчлэн цус донорлогч байж болохгүй. Цус дусалсан уед клоринтой усаар ариутгах хэрэгтэй.