ການຄົ້ນຫາພະຍາດໃນລະຍະເລີ້ມຕົ້ນເປັນສິ່ງສຳຄັນ

ທ່ານຕ້ອງໝັ່ນໄປກວດເລືອດຫາເຊື້ອໂຣກຕັບບີເພາະມັນເປັນອັນຕລາຍຕໍ່ສຸຂພາບຂອງຄົນລາວ

» ຮັບການກວດເລືອດ

ຈົ່ງສອບຖາມທ່ານໝໍສຳລັບການກວດເລືອດດັ່ງນີ້:

ໄວຣັສໂຣກຕັບບີແອນຕິເຈນ (HBsAg):

ເພື່ອຢາກຮູ້ວ່າທ່ານມີໂຣກຕັບບີເຮື້ອຮັງ (ຫຼືເປັນຜູ້ນຳເຊື້ອໄວຣັສຕັບບີ)

ໄວຣັສໂຣກຕັບບີແອນຕິບໍດີ້ (anti-HBs):

ເພື່ອທົດສອບວ່າທ່ານມີພູມຕ້ານທານຕໍ່ເຊື້ອໄວຣັສຕັບບີ

ການກວດເລືອດຫາໄວຣັສໂຣກຕັບບີແອນຕິເຈນພຽງເທົ່ານັ້ນກໍ່ສາມາດບອກໄດ້ວ່າທ່ານມີໂຣກໄວຣັສຕັບບີເຮື້ອຮັງໃນຕົວ

» ຮັບການສັກຢາວັກຊິນ

ຖ້າຜົນຂອງການກວດເລືອດ (HBsAg & anti-HBs) ອອກມາເປັນລົບໝາຍຄວາມວ່າທ່ານຍັງບໍ່ມີພູມຕ້ານທານໃນຮ່າງກາຍເທື່ອທ່ານຕອ້ງສັກຢາປ້ອງກັນແລະເດັກນ້ອຍເກີດໃໝ່ກໍ່ຕ້ອງສັກຢາວັກຊິນປ້ອງກັນເຊັ່ນດຽວກັນ

ການສັກຢາວັກຊິນຕ້ອງສັກຢ່າງນ້ອຍ ໓ ເທື່ອໃນທຸກໆ ໖ ເດືອນເທົ່ານັ້ນສາມາດປ້ອງກັນທ່ານຕລອຊີວິດຈາກພະຍາດມະເຮັງໃນຕັບ

ຢາວັກຊິນນີ້ມີຜົນດີທີ່ສຸດໃນການປ້ອງການໂຣກຕັບບີແລະມະເຮັງໃນຕັບໂດຍທີ່ອົງການອະນາໄມໂລກເອີ້ນວ່າເປັນວັກຊິນຕໍ່ຕ້ານໂຣກມະເຮັງຊະນິດແລກໃນໂລກ

ຈົ່ງຮ່ວມມືກັນຕໍ່ຕ້ານໂຣກຕັບບີ

ໂບສີຂຽວ Jade Ribbon ເປັນສັນຍາລັກໃນການຮ່ວມມືກັບໂຄງການປຸກລະດົມຕໍ່ສູ້ການແຜ່ຂຫຍາຍຂອງພະຍາດມະເຮັງໃນຕັບທົ່ວໂລກ

ລາຍລະອຽດກະຣຸນາຕິດຕໍ່
http://liver.stanford.edu

ASIAN LIVER CENTER
AT STANFORD UNIVERSITY
300 PASTEUR DRIVE, H3680
STANFORD, CA 94305-5655
TEL: (650) 72-LIVER
1-888-311-3331
FAX: (650) 723-0006

LAO EDITION
Translated by Laotian American National Alliance (LANA)

© 2007 ASIAN LIVER CENTER

ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດຕັບ

ສິ່ງທີ່ຄົນລາວຄວນຮຽນຮູ້ເຖິງອັນຕລາຍຂອງໂຣກຕັບບີແລະມະເຮັງໃນຕັບ

ຄວາມຈິງກ່ຽວກັບໂຣກຕັບປະເພດບີ

- ພະຍາດຕັບປະເພດບີແມ່ນນຶ່ງໃນຈຳນວນພະຍາດຕິດແປດທີ່ຮ້າຍແຮງທີ່ສຸດຊຶ່ງທຳລາຍຊີວິດຄົນລາວມາແລ້ວຢ່າງຫຼວງຫຼາຍຍ້ອນມະເຮັງໃນຕັບຫຼືພະຍາດຕັບວາຍ
- ໑ ໃນ ໑໐ ຂອງຄົນລາວໃນປັດຈຸບັນນີ້ມີໂຣກຕັບປະເພດນີ້ຕລອດຊີວິດ
- ຄົນສ່ວນຫຼາຍບໍ່ຮູ້ສຶກເລີຍວ່າຕົນເອງມີເຊື້ອຢູ່ໃນຕົວ
- ໑ ໃນ ໔ ຄົນທີ່ມີພະຍາດຕັບບີເຮື້ອຮັງໃນທີ່ສຸດຈະເສັຍຊີວິດຍ້ອນໂຣກມະເລັງໃນຕັບຫຼືຕັບວາຍແຕ່ເຫດການດັ່ງກ່າວສາມາດປ້ອງກັນໄດ້ດ້ວຍການລະມັດລະວັງແລະການຮັກສາທີ່ເໝາະສົມ

ຖຶງວ່າທ່ານຮູ້ສຶກມີສຸຂພາບແຂງແຮງ ດີທ່ານອາດຕິດເຊື້ອເສັຽແລ້ວ

ພະຍາດຕັບປະເພດບີນີ້ອັນຕະລາຍທີ່ສຸດເພາະວ່າມັນຈະບໍ່ສະແດງອາການອອກມາໃນລະຍະເລີ້ມຕົ້ນແມ້ແຕ່ການກວດເລືອດກໍ່ບໍ່ສາມາດພົບພະຍາດນີ້ໄດ້ແຕ່ເມື່ອມີອາການຜິດປົກກະຕິປະກົດອອກມາຕົວຢ່າງເຊັ່ນການເກັບທ້ອງຕົນຕົວຈ່ອຍເຫຼືອງຕາເຫຼືອງຜິດທຳມະດາປັສວະດຳເຂັ້ມປະກົດອອກມາການຮັກສາຈະບໍ່ໄດ້ຜົນແລະຜູ້ປ່ວຍຈະເສັຍຊີວິດໃນທີ່ສຸດ

ການແຜ່ຂຫຍາຍຂອງໂຣກຕັບບີຄ້າຍຄືກັບໂຣຄເອດສ໌

1. ການຕິດຕໍ່ຈາກແມ່ສູ່ລູກ

ສຳລັບຄົນລາວການຕິດຕໍ່ທາງພັນທຸກັມລະຫວ່າງແມ່ທີ່ມີໂຣກຕັບເຮື້ອຮັງຈະສົ່ງພະຍາດນີ້ໃຫ້ລູກນ້ອຍໃນເວລາຄອດ

2. ການຕິດຕໍ່ທາງເລືອດ

ໂຣກຕັບປະເພດບີສາມາດຕິດຕໍ່ທາງເລືອດທີ່ມີເຊື້ອເຊັ່ນ:

- ຜ່ານທາງສຳຜັດບາດແຜຕໍ່ບາດແຜ
- ໃຊ້ມີດແຖຫຼືແປງຖູແຂ້ວຮ່ວມກັນ
- ໃຊ້ເຂັມຮ່ວມກັນເພື່ອສັກລາຍເຈາະຮາງກາຍຫຼືເຂັມສັກຢາເສບຕິດ
- ໃຊ້ເຂັມສັກຢາທີ່ບໍ່ສະອາດ

3. ການຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ໂຣກຕັບບີສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ທາງການມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ມີເຊື້ອໂດຍບໍ່ມີການປ້ອງກັນ

ພະຍາດຕັບບີບໍ່ຕິດຕໍ່ທາງອາຫານແລະເຄື່ອງດື່ມ

ສ່ວນຫຼາຍຄົນມີຄວາມເຊື່ອຖືທີ່ຜິດໆກ່ຽວກັບການຕິດແປດຂອງເຊື້ອໂຣກຕັບບີ

ຕາມຄວາມເປັນຈິງແລ້ວການວິໄຈພົບວ່າພະຍາດຕັບບີບໍ່ຕິດແປດຜ່ານ:

- ທາງອາຫານແລະເຄື່ອງດື່ມ
- ໃຊ້ຖ້ວຍຊາມແລະກິນນ້ຳຮ່ວມຈອກ
- ການຈັບມືຖືແຂນແຕະຕ້ອງທ່າງກາຍ
- ການໄອຫຼືຈາມ
- ການກອດຫຼືຈູບ
- ການລ້ຽງລູກດ້ວຍນົມແມ່

ບໍ່ມີເຫດຜົນໃດໆທີ່ທ່ານຈະແຍກຕົວເອງອອກຫ່າງໄກຈາກຜູ້ປ່ວຍທີ່ມີເຊື້ອໂຣກຕັບບີ

ທ່ານຄວນເຮັດແນວໃດຖ້າທ່ານມີເຊື້ອໂຣກຕັບບີ

» ຮັບການກວດ

ເຖິງທ່ານຈະມີສຸຂພາບແຂງແຮງດີຢູ່ກໍ່ຕາມຄວນເຂົ້າຮັບການກວດໃຫ້ສະໝ່ຳສະເໝີນັ້ນເປັນສິ່ງສຳຄັນທີ່ສຸດທ່ານຄວນສອບຖາມໝໍກ່ຽວກັບການກວດເຊັ່ນ:

ທຸກໆ	ການກວດ	ກວດຫາ
໖ ເດືອນ	ກວດເລືອດ ALT ກວດເລືອດ AFP	ຕັບທີ່ຖືກທຳລາຍ ມະເຮັງໃນຕັບ
໑ ປີ *	ອັລຕຣາຊາວດ໌	ມະເຮັງໃນຕັບ

*ຖ້າວ່າທ່ານເປັນໂຣກຕັບແຂງຫຼືວ່າຄອບຄົວຂອງທ່ານມີຄົນເປັນມະເຮັງໃນຕັບທ່ານຕ້ອງກວດອັລຕຣາຊາວດ໌ ທຸກໆ ໖ ເດືອນ

ໂຣກມະເຮັງໃນຕັບສາມາດຮັກສາໃຫ້ຫາຍໄດ້ຖ້າກວດພົບໃນລະຍະເລີ້ມຕົ້ນ

» ຜູ້ມີເຊື້ອໂຣກຕັບບີບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງຮັບການຮັກສາທຸກໆຄົນ

ຖ້າລະດັບ ALT ຂອງຜູ້ປ່ວຍຂຶ້ນສູງມັນບອກຖຶງການທຳລາຍຂອງຕັບຜູ້ປ່ວຍຄວນຮັບຢາຕ້ານໄວຣັສຖຶງແມ່ນວ່າບໍ່ມີທາງຮັກສາໂຣຄຕັບບີໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້ການຮັກສາດູແລຖືກວິທີຈະສາມາດລົດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງມະເຮັງຕັບແລະຕັບວາຍໄດ້ຄວນສອບຖາມໝໍກ່ຽວກັບວິທີການຮັກສາທີ່ມີການຮັບຮອງຈາກກົມການແພດ (FDA) ຖ້າທ່ານເລີ້ມເຂົ້າຮັບການຮັກສາໂຣກມະເຮັງດ້ວຍເຄມີບຳບັດແລ້ວທ່ານຄວນຈະໄດ້ຮັບການຮັກສາເພື່ອປ້ອງກັນການຂະຫຍາຍຕົວຂອງເຊື້ອໂຣກຕັບແລະລົດຄວາມ ສ່ຽງຂອງພະຍາດຕັບວາຍ

» ສັກຢາວັກຊິນປ້ອງກັນເຊື້ອໂຣກຕັບເອ

» ຫຼີກລ້ຽງການດື່ມສຸຣາ

» ປ້ອງກັນຄົນທ່ານຮັກ

ພາຄອບຄົວຂອງທ່ານໄປກວດຫາເຊື້ອໂຣກຕັບບີແລະຮັບການສັກຢາວັກຊິນປ້ອງກັນຖ້າພົບວ່າເຂົາເຈົ້າຍັງບໍ່ມີພູມຕ້ານທານຖ້າທ່ານຖືພາຄັນເດັກນ້ອຍເກີດໃໝ່ຕ້ອງໄດ້ຮັບການສັກວັກຊີນປ້ອງກັນເຊື້ອໂຣຄຕັບບີເຂັມທຳອິດແລະໄວຣັສຕັບອັກເສບອີມມູໂນໂກລບູລິນ(HBIG)ແຕ່ເລີ້ມເກີດໃຫ້ສັກເປັນລະຍະຕາມ ໝໍສັ່ງຈົນຄົບຕາມກຳນົດນີ້ແມ່ນວິທີທີ່ໄດ້ຜົນກວ່າ ໙໕% ໃນການປ້ອງກັນ