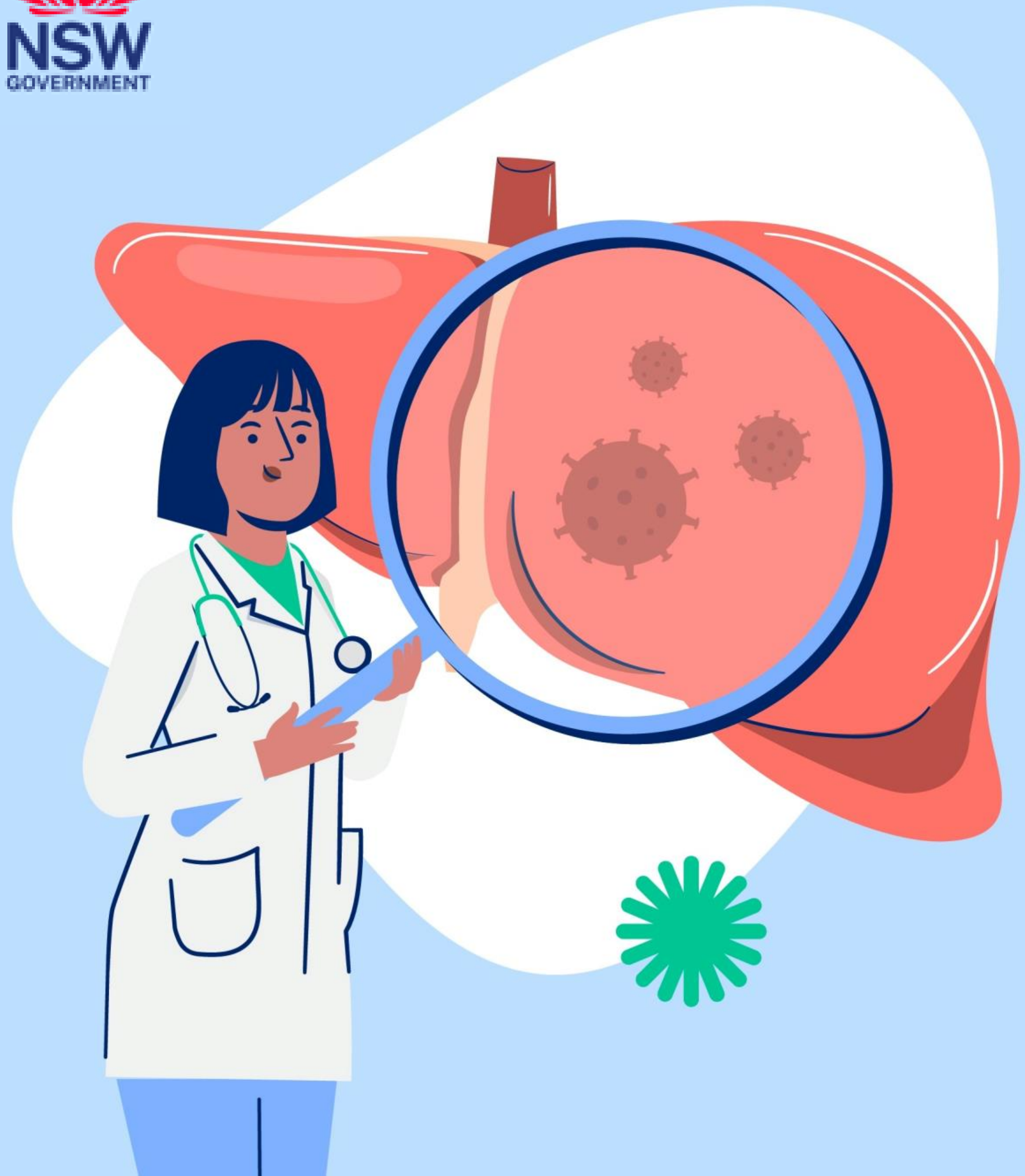
NSW GOVERNMENT



ہیپاٹائٹس سی کو سمجھنا

MULTICULTURAL HIV AND HEPATITIS SERVICE

ہیپاٹائٹس سی ہونے سے کیا فرق پڑتا ہے؟

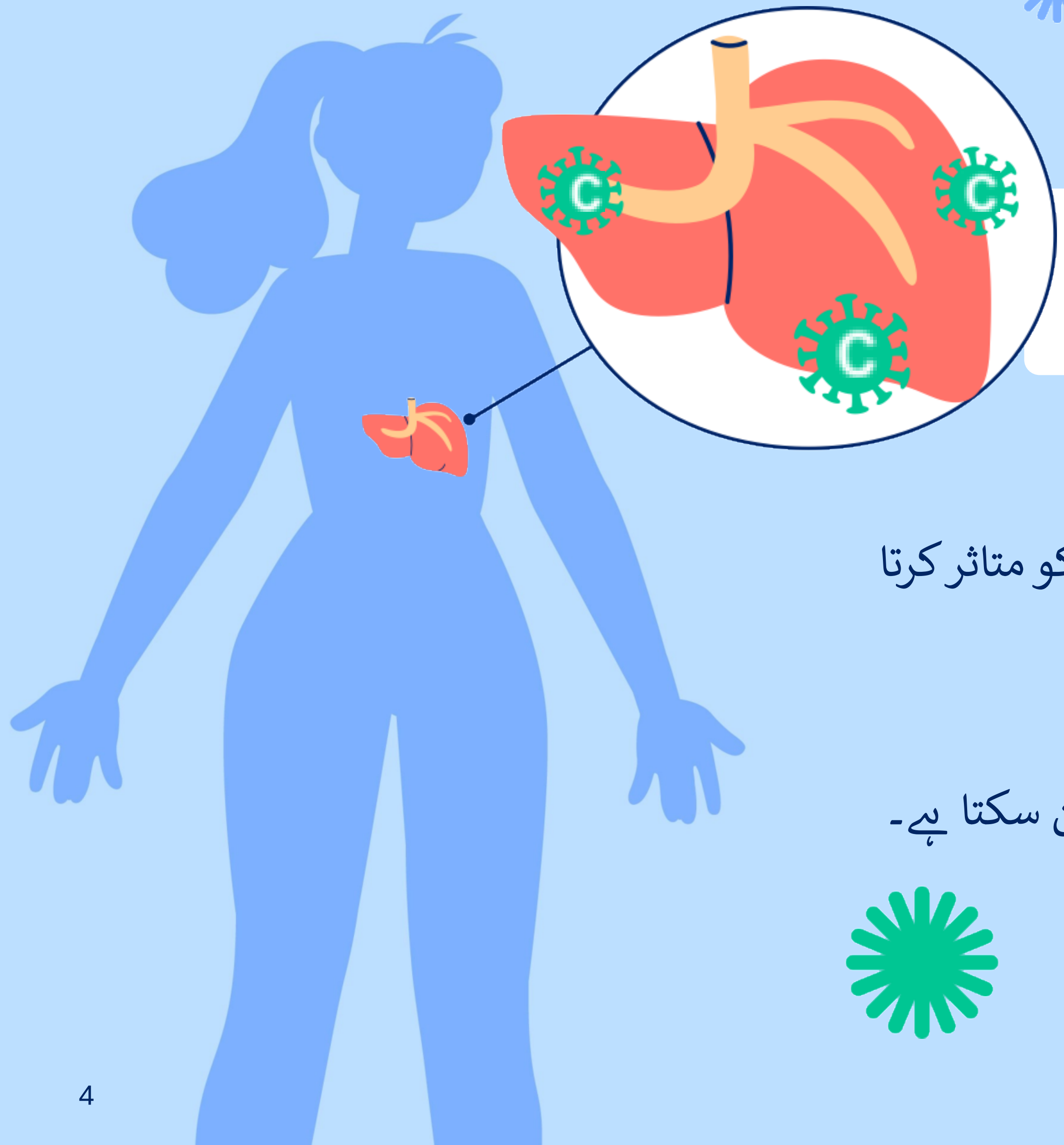
ہیپاٹائٹس سی اس لیے اہم ہے کہ علاج نہ کروانے کی صورت میں ہیپاٹائٹس سی سے جگر کو شدید نقصان اور جگر کا کینسر ہو سکتا ہے

ہیپاٹائٹس سی کسی کو بھی ہو سکتا ہے

آج ہم ان موضوعات پر بات کریں گے...

- ✓ ہیپاٹائٹس سی – بنیادی باتیں
- ✓ ہیپاٹائٹس سی کیسے ہوتا ہے
- ✓ ہیپاٹائٹس سی کا پھیلاؤ روکنا
- ✓ ہیپاٹائٹس سی کا پتہ چلانے کے لیے ٹیسٹنگ
- ✓ ہیپاٹائٹس سی سے شفا
- ✓ آپ کے لیے کسے بتانا ضروری ہے اور کسے بتانا ضروری نہیں
- ✓ مزید معلومات کہاں سے حاصل کی جائیں

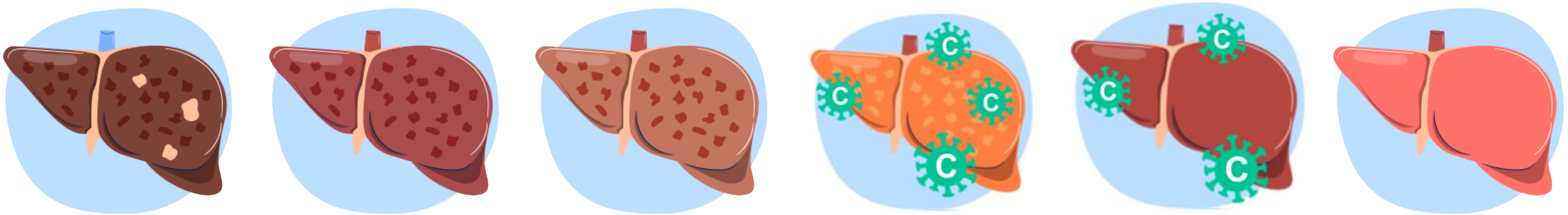
ہیپاٹائٹس سی کیا ہے؟



لفظ ہیپاٹائٹس کا مطلب ہے جگر کی سوزش

- ✓ ہیپاٹائٹس سی خون کے ذریعے منتقل ہونے والا وائرس ہے جو انسانی جگر کو متاثر کرتا ہے۔
- ✓ ہیپاٹائٹس سی کا علاج موجود ہے۔
- ✓ علاج کے بغیر ہیپاٹائٹس سی جگر کی بیماری اور جگر کے کینسر کا سبب بن سکتا ہے۔

ہیپاٹائٹس سی آپ کے جگر پر کیا اثرات چھوڑتا ہے؟



صحتمند جگر

حادّ انفیکشن

دائمی انفیکشن

جگر کو نقصان (سِروسس)

جگر کے فعل میں کمزوری

کینسر

ہیپاٹائٹس سی کیسے ہوتا ہے؟

جب ہیپاٹائٹس سی رکھنے والے کسی شخص کا خون کسی اور شخص کے جسم میں داخل ہو جائے

چاہے یہ خون کی نہایت کم، دکھائی نہ دینے والی مقدار ہو

آپ کو اس طرح ہیپاٹائٹس سی لگ سکتا ہے...

آسٹریلیا میں یہ بالعموم محفوظ ہوتا ہے

- ✓ آسٹریلیا سے باہر میڈیکل، ڈینٹل یا کاسمیٹک پروسیجرز، جن میں سٹیریلائزیشن (صفائی) کا خیال نہ رکھا گیا ہو، ویکسینیشن یا سرجری
- ✓ سٹیریلائزیشن کے بغیر ایسے روایتی پروسیجرز جن میں خون نکل سکتا ہے جیسے ٹیٹو یا جلد میں چھید بنوانا
- ✓ کسی اور کی ذاتی چیزیں استعمال کرنا جن پر خون لگا ہو سکتا ہے جیسے ریزر اور ٹوتھ برش
- ✓ اگر ماں کو ہیپاٹائٹس سی ہو تو حمل یا ولادت کے دوران بچے کو یہ لگ سکتا ہے
- ✓ کنڈوم کے بغیر سیکس کرتے ہوئے خون سے خون کا ملاپ
- ✓ حادثاتی طور پر سوئی چبھ جانا
- ✓ انجیکشن سے ڈرگز یا سٹیرائیڈز لینے کے لیے دوسروں کی استعمال کردہ چیزوں کا استعمال
- ✓ 1990 سے پہلے آسٹریلیا میں خون لگوایا ہو

آپ کو اس طرح ہیپاٹائٹس سی نہیں لگ سکتا...

ایک ہی ٹائلٹ استعمال کرنا

کھانے اور پینے کی چیزیں شیئر کرنا، ایک پلیٹ سے کھانا، ایک ہی چمچ یا کانٹا استعمال کرنا

مچھر یا دوسرے کیڑوں کا کاٹنا

سوئمنگ پول

چھینک

کھانسی

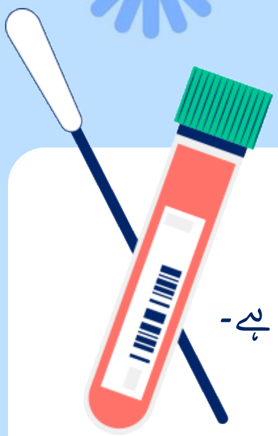
گلے ملنا

چومنا

ہیپاٹائٹس سی کی علامات کیا ہیں؟

- ✓ ہیپاٹائٹس سی رکھنے والے اکثر لوگوں میں بیماری کی کوئی علامت یا آثار ظاہر نہیں ہوتے۔
- ✓ دائمی ہیپاٹائٹس سی رکھنے والوں کے سلسلے میں ممکن ہے کہ جگر بہت خراب ہو جانے تک انہیں بیماری کا احساس نہ ہو۔ اس میں کئی سال لگ سکتے ہیں۔

ہیپاٹائٹس سی کا پتہ چلانے کے لیے ٹیسٹنگ



اپنے ڈاکٹر سے ہیپاٹائٹس سی ٹیسٹ کے لیے پوچھیں۔ اگر آپ کے پاس میڈی کیئر کارڈ ہے تو ٹیسٹنگ مفت ہے

ٹیسٹوں کی قسمیں

- ✓ **اینٹی باڈی ٹیسٹ:** اگر آپ کو کبھی ہیپاٹائٹس سی رہ چکا ہو تو اس ٹیسٹ سے پتہ چل جاتا ہے۔
- ✓ **PCR ٹیسٹ:** اس سے پتہ چلتا ہے کہ کیا ابھی آپ کو ہیپاٹائٹس سی ہوا ہے۔
- ✓ **خون کے خشک دھبّے کا (Dried Blood Spot, DBS) ٹیسٹ:** آپ کے خون میں ہیپاٹائٹس سی کا پتہ چلاتا ہے۔

ٹیسٹ کہاں سے کروایا جا سکتا ہے

- ✓ ڈاکٹر یا جنرل پریکٹیشنر (جی پی)
- ✓ NSW سیکسوئل ہیلتھ کلینکس
- ✓ فیملی پلاننگ Australia
- ✓ DBS ٹیسٹ آن لائن آرڈر کیا جا سکتا ہے

کن لوگوں کو ہیپاٹائٹس سی ٹیسٹ کروانا چاہیے؟

اگر آپ کسی ایسے ملک میں پیدا ہوئے تھے یا رہ چکے ہیں جہاں ہیپاٹائٹس سی عام ہے تو آپ کا ہیپاٹائٹس سی کا ٹیسٹ کروانا اہم ہے

ان صورتوں میں بھی ہیپاٹائٹس سی ٹیسٹ کروانا اہم ہے:

- ✓ آپ نے آسٹریلیا سے باہر خون لگوایا ہو، ویکسین لگوائی ہو، سرجری کروائی ہو یا کوئی اور میڈیکل یا ڈینٹل پروسیجر کروایا ہو
- ✓ آپ نے چیرے دینے، کپنگ (حجامہ) یا کوائننگ (گوا شا) جیسا کوئی روایتی علاج کروایا ہو
- ✓ آپ کو ہیپاٹائٹس بی یا HIV ہو
- ✓ آپ یقین سے نہ جانتے ہوں کہ آیا آپ کا ٹیٹو یا جسم میں چھید سٹیرائل (صاف) اوزاروں سے بنایا گیا تھا
- ✓ آپ نے انجیکشن سے ڈرگز یا سٹیرائیڈز لیے ہوں یا کبھی بھی کسی اور کی استعمال کردہ انجیکشن لگانے کی چیزیں استعمال کی ہوں
- ✓ آپ جیل میں رہ چکے ہوں
- ✓ آپ نے فروری 1990 سے پہلے آسٹریلیا میں خون لگوایا ہو

ہیپاٹائٹس سی کا علاج کیسے ہوتا ہے؟

ہیپاٹائٹس سی کا علاج ڈائریکٹ ایکٹنگ اینٹی وائرلز (DAAs) کہلانے والی دوائیوں سے کیا جا سکتا ہے۔

یہ گولیاں یعنی ٹیبلٹس ہیں جو:

- ✓ آپ کے جسم سے وائرس کو ختم کرتی ہیں
- ✓ تقریباً 8 سے 12 ہفتوں تک لی جاتی ہیں
- ✓ بہت کم ضمنی اثرات رکھتی ہیں یا بالکل ضمنی اثرات نہیں رکھتیں
- ✓ جگر کو نقصان پہنچنے اور جگر کے کینسر کا خطرہ کم کرتی ہیں
- ✓ میڈی کیئر کارڈ رکھنے والوں کے لیے سستی ہیں
- ✓ ہیپاٹائٹس سی رکھنے والوں میں سے 95٪ کو شفا دلا دیتی ہیں

میں خود کو ہیپاٹائٹس سی لگنے سے کیسے بچا سکتا/سکتی ہوں؟

- ✓ ٹوتھ برش یا ریزر جیسی ذاتی استعمال کی چیزوں کو کسی اور کے ساتھ مل کر استعمال نہ کریں
- ✓ صرف لائسنس یافتہ پروفیشنلز سے، اور سٹیرائل (صاف) اوزاروں کے ساتھ، ٹیٹو یا جلد میں چھید بنوائیں
- ✓ صرف لائسنس یافتہ پروفیشنلرز سے میڈیکل یا ڈینٹل پروسیجرز کروائیں
- ✓ سیکس کے دوران کنڈوم اور لوبریکنٹ (پھسلن پیدا کرنے والا مائع) استعمال کریں
- ✓ آسٹریلیا سے باہر میڈیکل یا ڈینٹل پروسیجرز کروانے کے سلسلے میں محتاط رہیں
- ✓ خون صاف کرتے ہوئے دستانے پہنیں
- ✓ ڈرگز کے انجیکشن لگانے کی چیزیں کبھی دوسروں کے ساتھ شیئر نہ کریں

ہیپاٹائٹس سی سے وابستہ بدنامی کو سمجھنا

وائرل ہیپاٹائٹس رکھنے والے بہت سے لوگوں کے بارے میں دوسرے لوگ اس لیے غلط سوچ رکھتے ہیں کہ:

- ✓ وہ ان کے ہیپاٹائٹس سی کی وجہ کے متعلق اپنے مفروضے رکھتے ہیں
- ✓ ہیپاٹائٹس سی سے وابستہ حرکات کی وجہ سے

اس وجہ سے لوگ اپنے ہیپاٹائٹس سی کا ذکر کرنے سے ڈرتے ہیں۔

بدنامی کے ڈر سے لوگوں کے لیے علاج اور مدد حاصل کرنا بھی مشکل ہو سکتا ہے۔

کن لوگوں کو بتانا ضروری ہے اور کن لوگوں کو بتانا ضروری نہیں

قانون آپ کو ان مواقع پر اپنے ہیپاٹائٹس سی کے متعلق بتانے کا پابند کرتا ہے:

- ✓ خون کا عطیہ دیتے ہوئے
- ✓ اعضا اور سپرم (نطفے) کا عطیہ دیتے ہوئے
- ✓ صحت کی انشورنس کی درخواست دیتے ہوئے
- ✓ آسٹریلین ڈیفینس فورس میں شامل ہوتے ہوئے
- ✓ آسٹریلیا میں رہائش کے ویزے کی درخواست دیتے ہوئے
- ✓ اگر آپ میڈیکل پروسیجرز کرنے والے صحت کے کارکن ہوں

آپ کے لیے انہیں بتانا ضروری نہیں:

- ✓ کام پر آپ کا باس
- ✓ آپ کے ساتھ کام کرنے والے یا ساتھ پڑھنے والے لوگ
- ✓ آپ کے اہلخانہ

آپ کا ڈاکٹر آپ کے اہلخانہ کو نہیں بتا سکتا کہ آپ کو ہیپاٹائٹس سی ہے

ہیپاٹائٹس سی کے لیے کہاں سے مدد لی جائے

آپ کا ڈاکٹر یا جی پی

Liver clinics and Specialists - اور سپیشلسٹس
1800 803 990 www.hep.org.au

میڈی کیئر ہونا ضروری نہیں

Sexual health clinics - سیکسوئل ہیلتھ کلینکس
1800 451 624 www.health.nsw.gov.au/sexualhealth

ملٹی کلچرل HIV اینڈ ہیپاٹائٹس سی سروس
Multicultural HIV and Hepatitis Service –
www.mhahs.org.au

Hepatitis NSW - NSW ہیپاٹائٹس
1800 803 990 www.hep.org.au

آپ اپنی زبان میں مدد کہاں سے لے سکتے ہیں

اگر آپ کو اپنی زبان میں اپنے ڈاکٹر یا ہیلتھ پرووائیڈر سے بات کرنے کے لیے مدد کی ضرورت ہے:

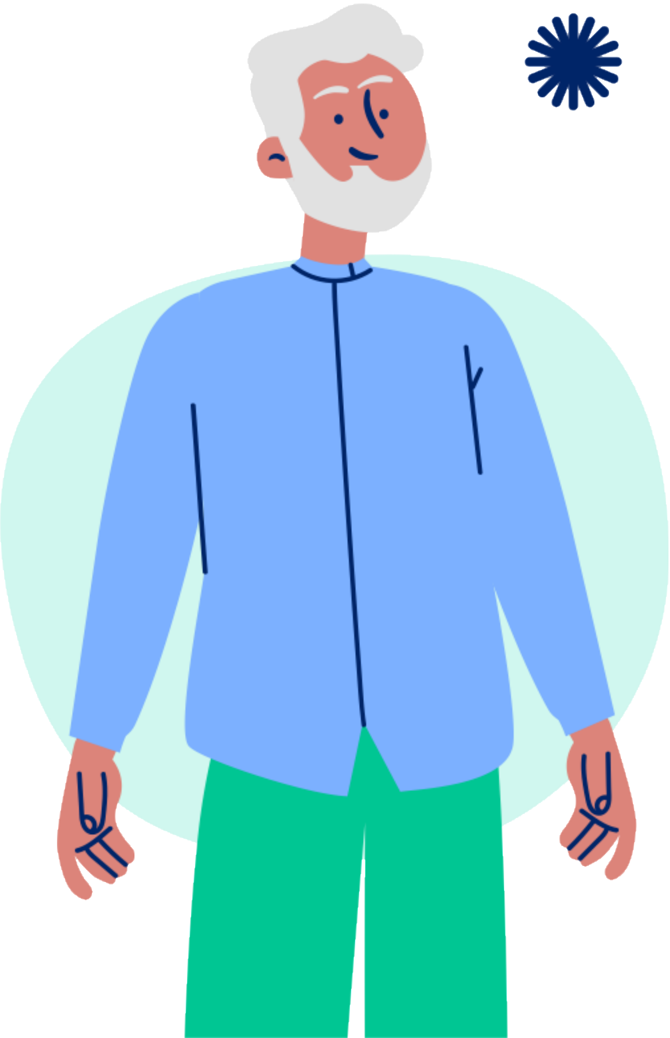
- ✓ ٹرانسلیٹنگ اینڈ انٹرپریٹنگ سروس (TIS) کو 50 14 13 پر کال کریں
- ✓ یہ سروس مفت اور رازدارانہ ہے
- ✓ ریسیپشنسٹ سے اپنے لیے مفت انٹرپریٹر بک کرنے کو کہیں

آج ہم نے کیا سیکھا ہے؟

درست یا غلط؟

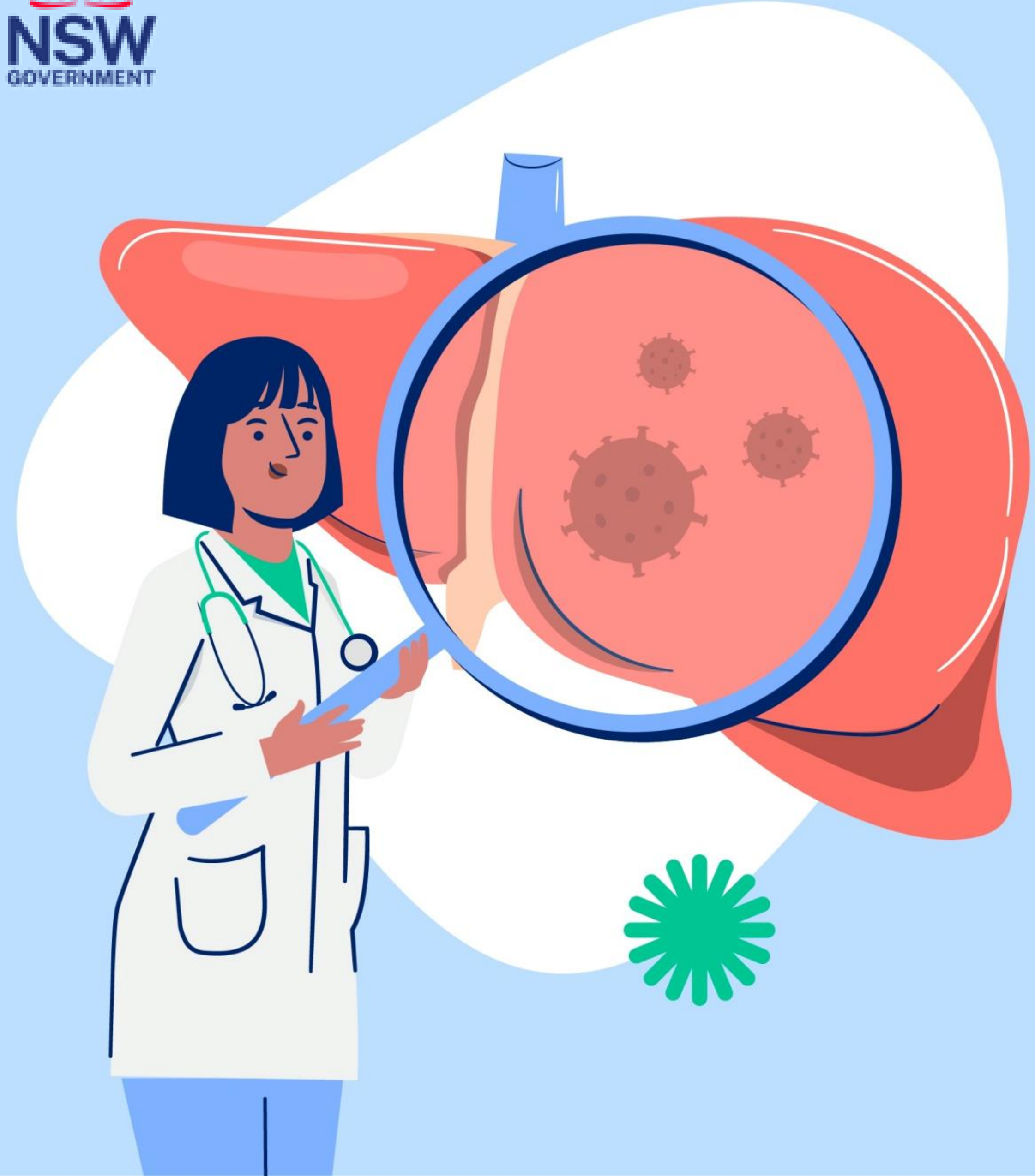
1. آپ کو ہیپاٹائٹس سی رکھنے والے کسی شخص کو چومنے سے ہیپاٹائٹس سی لگ سکتا ہے۔
2. کھانے کی چیزیں شیئر کرنے سے ہیپاٹائٹس سی ایک شخص سے دوسرے کو لگ جاتا ہے۔
3. آپ ویکسین لگوا کر ہیپاٹائٹس سی سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔
4. اگر آپ نے آسٹریلیا سے باہر ٹیٹو بنوایا تھا اور آپ یقین سے نہیں جانتے کہ آیا آپ کا ٹیٹو صاف اوزاروں سے بنایا گیا تھا تو آپ کو ٹیسٹ کروانا چاہیے۔

یاد رکھنے کی اہم باتیں



- ✓ ہیپاٹائٹس سی جگر کا انفیکشن ہے جو ہیپاٹائٹس سی وائرس کی وجہ سے ہوتا ہے
- ✓ یہ ایک شخص کے خون میں انفیکشن زدہ خون پہنچنے سے ہوتا ہے
- ✓ اگر علاج نہ کروایا جائے تو یہ جگر کو شدید نقصان پہنچا سکتا ہے
- ✓ یہ وائرس بہت سے لوگوں کو ہے اور انہیں اس کا علم نہیں ہے
- ✓ اس کی کوئی ویکسین نہیں ہے لیکن علاج موجود ہے
- ✓ ہیپاٹائٹس سی کا علاج 95٪ مؤثر ہے

سوالات؟



یہ وسیلہ تیار کرنے والے:

NSW Multicultural HIV and Hepatitis Service

(MHAHS) mhahs.org.au

August 2025