ஹெபடைடிஸ்-சி

ஹெபடைடிஸ் சி என்றால் என்ன?

ஹெபடைடிஸ் சி என்பது ஹெபடைடிஸ் சி வைரஸ் (ஹெச் சி வி) எனும் வைரஸ் கல்லீரலை தாக்கும் நோய். குறிப்பிட்ட காலத்திற்குப் பின் இது கல்லீரலில் வீக்கத்தை ஏற்படுத்தி அதை பாதிக்கிறது.

ஹெப்படைடிஸ் சி எவ்வாறு ஏற்படுகிறது?

ஹெப்படைடிஸ் சி, இரத்ததின் மூலமாகவும், இரத்தம் உள்ள உடலின் நீர் மூலமாகவும், ஹெச் சி வி வைரஸ் கொண்டவர்களிடமிருந்து மற்றவர்களுக்கு பரவுகிறது. இந்த நோய் கிருமிகள் உள்ள இரத்தம் படிந்த எந்த பொருளை உபயோகிப்பதாலும் ஹெச் சி வி ஏற்படுகிறது. இவை:

- போதை பொருள் ஏற்றிக் கொள்ளும் ஊசிகள், பச்சை குத்திக்கொள்ள மற்றும் உடலில் துளையிட பயன்படும் ஊசிகள்
- ரேசர்கள், கத்தரிக்கோல் அல்லது டூத்பிரஷ்
- போதைப் பொருள் எடுத்துக் கொள்ள பயன்படும் ஸ்ட்ரா, ஸ்பூன், குக்கர் மற்றும் பில்டர் போன்ற சாதனங்கள்
- 1990-க்கும் முந் இரத்த சாதனங்களை உடலில் ஏற்றியது

ஹெச் சி வி கொண்ட ஒருவருடன் பாதுகாப்பு அற்ற உடலுறவு கொள்வதாலும் இது பரவுகிறது.

ஹெபடைடிஸ் சி கொண்ட பெண்களில் ஒரு சிறு சதவிகிதத்தினர் (5%-10%) பிரசவத்தின் போதோ அல்லது கர்ப்பத்திலோ தங்களது குழந்தைக்கு இந்த நோயை அளிக்கக்கூடும்.

ஹெபடைடிஸ் சியின் அறிகுறிகள் என்ன?

ஹெபடைடிஸ் சி கொண்ட பலருக்கு அறிகுறிகள் ஏதும் இருக்காது.

நோய் ஏற்பட்ட ஆறு மாதத்திற்குள் சிலருக்கு சோர்வு, மூட்டு வலிகள், வயிறு அசுகம் மற்றும் மஞ்சள் காமாலை (உடல் தோல் மற்றும் கண்களின் வெள்ளை பாகம் மஞ்சளாக இருக்கும்) ஆகியவற்றால் சிறிது காலத்திற்கு நோய்வாய்படுவார்கள். ஆனால் பெரும்பாலோர் இந்த அறிகுறிகளிலிருந்து சில வாரங்களில் குணமடைந்து விடுவார்கள். இந்த அறிகுறிகள் மறைந்த பின்பும், வைரஸ் உடலின் உள்ளே இருந்து காலப்போக்கில் கல்லீரலை பாதிக்கிறது.

ASAAP
ALLIANCE FOR SOUTH ASIAN AIDS PREVENTION
www.asaap.ca

CATIE
Canadian AIDS Treatment Information Exchange
Réseau canadien d'info-traitements sida
www.catie.ca

ஹெச் சி வி ஏற்பட்டு 10 வருடங்களுக்கும் அதற்கு மேலும் கூட கல்லீரல் பாதிக்கப்பட்டு (சிர்ராஸிஸ்) கல்லீரலில் புற்றுநோய் ஏற்படும் அபாயம் அதிகரிக்கிறது.

எனக்கு ஹெபடைடிஸ் சி உள்ளதா என்று எப்படி அறிவேன்?

உங்களுக்கு ஹெச் சி வி கிருமி உள்ளதா என்று கண்டுபிடிக்க இரத்த பரிசோதனைகள் உள்ளன. இதுபற்றி மேலும் அறிய உங்கள் டாக்டர் அல்லது நர்ஸிடம் பேசுங்கள்.

எனக்கு ஹெபடைடிஸ் இருந்தால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

உடலின் பல போஷாக்குகள், வைட்டமின்கள், மினறல்கள் மற்றும் இராசயனங்களை சீர்படுத்தி, செயல்படுத்தும் முக்கிய உறுப்பு கல்லீரல் ஆகும். இது முக்கியமான புரோட்டீன்களை உற்பத்தி செய்து, உடலின் செயல்பாட்டிற்காக சக்தியை சேமிக்கிறது. ஹெபடைடிஸ் சி கல்லீரலை சேதப்படுத்தி, அது சரிவர இயங்கும் திறனை பாதிக்கிறது. அதனால் கல்லீரலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக் கொள்வது மிகவும் முக்கியம்.

உங்கள் கல்லீரலை ஆரோக்கியமாக வைத்துக்கொள்ள:

- நல்ல ஆரோக்கியமான வாழ்க்கையை பராமரிக்க, சமச்சீரான உணவு உண்டு, நல்ல உடற்பயிற்சியுடன், தூக்கமும், ஓய்வும் தேவை.
- மதுபானங்கள், தெருவோற போதை பொருட்கள், புகையிலை மற்றும் சில மருந்துகள் உட்பட்ட கல்லீரலை பாதிக்கக்கூடிய பொருட்களை குறைவாக பயன்படுத்துவது அல்லது தவிர்ப்பது.
- மற்ற ஹெபடைடிஸ் (ஏ மற்றும் பி) - லிருந்து பாதுகாக்க தடுப்பு ஊசி எடுத்துக்கொள்வது. ஹெபடைடிஸ் சி-க்கு தடுப்பு ஊசி கிடையாது.
- கல்லீரலின் செயல்பாட்டை கண்காணிக்க டாக்டரிடம் கலந்து பேசவும். முறையான இரத்தப் பரிசோதனை, அல்ட்ராசவுண்ட் ஸ்கேன் தேவையானால் கல்லீரலின் பயாப்ஸி (கல்லீரலின் ஒரு மிக சிறு பகுதியை சோதனைக்கு அனுப்புவது) போன்றவை மூலமாக இதை செய்யலாம்.

ஹெபடைடிஸ் சி-யை குணப்படுத்த மருந்துகள் உள்ளன. இரண்டு வைரஸுக்கு எதிரான மருந்துகள் இன்டர்பெரான்-ஆல்பா மற்றும் ரைபாவிரின் கலந்த மருந்துகள், 12 மாதங்களுக்கு சாதாரணமாக அளிக்கப்படுகின்றன, இது சிலரின் நோயை குணப்படுத்த உதவுகிறது. ஆனால் சிகிச்சைக்கு சில பக்க விளைவுகள் இருக்கும். இது ஹெபடைடிஸ் சி உள்ள எல்லோருக்கும் உகந்ததாக இருக்காது. சிகிச்சை முறைகள் பற்றி டாக்டரிடம் கலந்து பேசவும்.

நான் கவனமாக இருக்க வேண்டிய மற்ற விஷயங்கள் என்னென்ன?

உங்களுக்கு ஹெபடைடிஸ் சி இருந்தால், நீங்கள் மற்றவருக்கு இந்த வைரஸ் அளிக்கலாம். மற்றவர்களுக்கு பாதிப்பு ஏற்படுத்தாமல் இருக்க:

- இரத்தம், உடல் உறுப்புகள், விந்துக்கள் கொடுக்காதீர்கள்
- உங்கள் ரேஸர் அல்லது டூத்பிரஷ்ஷை பகிர்ந்து கொள்ளாதீர்கள்
- நீங்கள் போதை மருந்து பயன்படுத்துபவராக இருந்தால், ஊசிகள் அல்லது மற்ற போதை மருந்துக்கான சாதனங்களை பகிர்ந்து கொள்ளாதீர்கள். ப்ளீச் மூலமாக சுத்தம் செய்யப்பட்ட சாதனங்கள் கூட ஹெபடைடிஸ் சி பரவுவதை தடுக்காது.
- உங்கள் டாக்டர், நர்ஸ், பல் டாக்டர் ஆகியோரிடம் ஹெபடைடிஸ் சி இருப்பதை கூறுங்கள்.
- காண்டோம் பயன்படுத்தி பாதுகாப்பான உடலுறவை மேற்கொள்ளுங்கள்.

எனக்கு ஹெபடைடிஸ் சி மற்றும் ஹெச்ஜவி இரண்டும் இருந்தால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

ஹெபடைடிஸ் சி மற்றும் ஹெச்ஜவி இரண்டும் பரஸ்பரம் ஒன்றை ஒன்று பல வழிகளில் பாதிக்கும்.

இரு நோய்களும் இருப்பவர்கள் எய்ட்ஸ் சம்பந்தப்பட்ட பிரச்சினைகளை விரைவில் சந்திக்கலாம் என சில ஆய்வுகள் தெரிவிக்கின்றன. அதனால் உங்களுக்கு இரண்டுமே இருந்தால், அபாயத்தை குறைத்து, ஆரோக்கியத்தை பராமரிக்க முன்னால் சொன்ன யோசனைகள் மிகவும் அவசியமாகிறது.

இரு நோய்களும் இருப்பவர்களுக்கு சிர்ராஸிஸ் விரைவாக ஏற்படும் என்றும் ஹெச்ஜவிக்கான மருந்துகள் உங்களுக்கு வேறு விதமான பலன்களை ஏற்படுத்தலாம் என்று ஆய்வுகள் கூறுகின்றன.

இந்த இரண்டும் உள்ளதால், இரு நிலைமைக்கும் சிகிச்சை அளிப்பது மிகவும் சிக்கலானது. ஏனென்றால் ஹெச்ஜவிக்கான பல மருந்துகள் கல்லீரலுக்கு பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். அதனால் ஹெச்ஜவி மற்றும் ஹெச் சி -வி உள்ள எல்லோருக்கும், ஒரே நேரத்தில் இரண்டுக்கும் சேர்த்து சிகிச்சை அளிக்கப்படுவதில்லை. உங்களுக்கு ஒவ்வொரு நோயும் எந்த நிலையில் உள்ளது எந்த அளவு கல்லீரலுக்கு சேதம் ஏற்படுத்தியுள்ளது என்பதை பொறுத்தே, எப்போது மற்றும் எவ்வாறு சிகிச்சை அளிக்க வேண்டும் என்பது நிச்சயிக்கப்படுகிறது. உங்களுக்கு ஏற்ற சிகிச்சை முறைகள் பற்றி டாக்டரிடம் பேசவும்.

ஹெச்ஐவி சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள் மற்றும் சம்பந்தப்பட்ட சிகிச்சைகள் பற்றி முழு தகவல் தெரிந்த பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரின் ஆலோசனையின் பேரில் மட்டுமே குறிப்பிட்ட மருத்துவ சிகிச்சைகள் பற்றி முடிவெடுக்க வேண்டும்.

தங்களை கவனித்து கொள்பவர்களுடன் சேர்ந்து, உடல் நிலையை தாமே பராமரிக்க விரும்பும் ஹெச்ஐவி/எய்ட்ஸ் நோய் உள்ளவர்களுக்கு தகவல் மற்றும் உதவியை கனடாவின் ஏய்ட்ஸ் சிகிச்சை தகவல் பரிமாற்றம் (CATIE) மற்றும் தெற்காசிய ஏய்ட்ஸ் தடுப்பு நிலையம் (ASAAP) நல்லெண்ணத்துடன் வழங்குகிறது. CATIE(கேட்டி) அல்லது ASAAP (ஏஸாப்) அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்களை பெறுபவர்கள் இதை மருத்துவ ஆலோசனையாக கருதக்கூடாது. குறிப்பிட்ட சிகிச்சைகளை நாங்கள் பின்பற்றவோ, பரிந்துரைப்பதோ இல்லை, பல்வேறு விரிவான தகவல்களை கலந்தாலோசிக்கவே நாங்கள் வலியிறுத்துகிறோம். மருத்துவம் சம்பந்த்ப்பட்ட எந்த ஒரு முடிவையோ, நடவடிக்கையையோ எடுக்குமுன் பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரை கலந்து ஆலோசிக்குமாறு வலுவாக வலியிறுத்துகிறோம்.

CATIE அல்லது ASAAP அளிக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கும் தகவல்கள் முழுமையானவை அல்லது முற்றிலும் சரியானவை என்பதற்கு நாங்கள் எந்த உத்தரவாதமும் அளிப்பதில்லை. இந்த தகவல்களின் அடிப்படையில் செயல்படுபவர்கள் தங்கள் சொந்த பொறுப்பில் செயல்படலாம். இத்தகைய தகவல்களிலிருந்து பெறும் பயன் அல்லது அவபயன்களால் ஏற்படக்கூடிய எந்த ஒரு சேதத்திற்கும் CATIE அல்லது ASAAP அல்லது கனடாவின் பொது சுகாதார ஏஜென்சியோ, அதன் ஊழியர்களோ, இயக்குநர்களோ, அதிகாரிகளோ, அல்லது தொண்டர்களோ, பொறுப்பாக மாட்டார்கள். CATIE அல்லது ASAAP மூலமாக கிடைக்கும் அல்லது பிரசுரிக்கப்படும் கட்டுரையின் கருத்துக்கள் முற்றிலும். ஏழுத்தாளரின் கருத்துக்கள் ஆகும், இது CATIE அல்லது ASAAP யின் கொள்ளகைகளையோ கருத்துக்ளையோ பிரதிபலிப்பதில்லை. கனடாவின் எந்த ஒரு பொது சுகாதார ஏஜென்சியின் கருத்துக்களையும் இது பிரதிபலிப்பதில்லை.

Copyright: This Fact Sheet is made available through a collaboration between Alliance for South Asian AIDS Prevention (ASAAP), Asian Community AIDS Services (ACAS) and the Canadian AIDS Treatment Information Exchange (CATIE). Original content developed by ACAS, 2001. Translation into Punjabi and Tamil by ASAAP, 2006.

This information is also available in Chinese, Tagalog and Vietnamese www.acas.org
Funding has been provided by the Public Health Agency of Canada
Supported by an unrestricted educational grant from GlaxoSmithKline in partnership with Shire BioChem