UK Health Security Agency

हेपाटाइटिस ए बारे

हेपाटाइटिस ए एक संक्रामक रोग हो जसले कलेजोलाई असर गर्छ। यसको कुनै उपचार छैन, तर धेरैजसो मानिसहरू ६ महिना भित्र निको हुन्छन्। बिरलै, केही मानिसहरूलाई गम्भीर कलेजो रोग लाग्न सक्छ। खोप र राम्रो सरसफाइ नै संक्रमित हुनबाट बच्ने उत्तम तरिकाहरु हुन्।

कारणहरू र फैलावट

हेपाटाइटिस ए भाइरसको कारणले हुन्छ। यो भाइरस संक्रमित व्यक्तिको दिसामा रहन्छ। यो भाइरस सतहहरूमा धेरै घण्टासम्म बाँच्न सक्छ र हात र खानामा लामो समयसम्म रहन सक्छ। यो मानिसहरूमाझ सजिलै फैलिन्छ।

लक्षणहरू

हेपाटाइटिस ए का लक्षणहरूमा समावेश छन्:

- उच्च तापक्रम (ज्वरो आउनु)
- फ्लू जस्तो लक्षणहरू
- बिरामी पर्नु
- जन्डिस (छाला र आँखाको सेतो भाग पहेँलो हुनु)
- खैरो दिसा वा गाढा खैरो पिसाब

केही बच्चामा कुनै लक्षण देखिँदैन तर पनि अरूलाई संक्रमित गर्न सक्छन्।

तपाईं कसरी संक्रमित हुन सक्नुहुन्छ

तपाईंलाई हेपाटाइटिस ए निम्नबाट हुन सक्छ:

- अशुद्ध पानी पिएर
- दूषित खाना खाएर
- संक्रमित व्यक्तिसँग नजिकको शारीरिक सम्पर्क, यौन सम्पर्क गरेर वा लागूपदार्थको प्रयोगको लागि एउटै सिरिन्ज प्रयोग गरेर

फैलिनबाट रोक्न

साबुन र पानीले हात धुनुहोस्:

- शौचालय गएपछि
- खाना खानु वा खाना तयार गर्नु अघि
- फोहोर टालो वा बिरामी व्यक्तिहरूसँग सम्पर्कमा आएपछि वा उनीहरूको लुगाहरु छोए पछि

लक्षणहरू देखा परेको ७ दिनसम्म तपाईंले भाइरस सार्ने सम्भावना बढी हुन्छ।

खोप

तपाईंले हेपाटाइटिस ए खोप लगाउन सक्नुहुन्छ यदि तपाईं:

- विगत २ हप्ता भित्र संक्रमित व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्कमा हुनुहुन्छ
- हेपाटाइटिस ए बढी हुने देशमा यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ
- लामो समयदेखि कलेजो रोग वा हेमोफिलिया भएको
- तपाईं पुरुष भएर अर्को पुरुषहरूसँग यौनसम्पर्क गर्नुहुन्छ भने
- संक्रमणको उच्च जोखिममा पार्ने काम गर्नुहुन्छ भने, जस्तै ढल निकास कर्मचारी

हेपाटाइटिस ए बारे थप जान्नुहोस्

हेपाटाइटिस ए र यसका लक्षणहरू बारे थप जानकारीको लागि NHS वेबसाइट nhs.uk/conditions/hepatitis-a/ मा जानुहोस् वा QR कोड स्क्यान गर्नुहोस्।

युके स्वास्थ्य सुरक्षा एजेन्सी
स्वास्थ्य खतराहरूको लागि तयारी गर्ने, रोकथाम गर्ने र प्रतिक्रिया दिने, जीवन बचाउने र जीविकोपार्जनको सुरक्षा गर्ने।