

হেপাটাইটিস A (Hepatitis A)

হেপাটাইটিস A কি?

হেপাটাইটিস A ভাইরাসঘটিত লিভারের ভয়ানক অসুখ।

কার হেপাটাইটিস A হতে পারে?

যে কোন লোকের হেপাটাইটিস A হতে পারে, কিন্তু বেশিরভাগ সময়ে বাচ্চাদেরই হয়।

কিভাবে হেপাটাইটিস A এর ভাইরাস ছড়ায়?

হেপাটাইটিস A ভাইরাস মুখের মাধ্যমে শরীরে প্রবেশ করে এবং দেহের ভিতরে সংখ্যাবৃদ্ধি করে ও মলের (ফিসিজ) মধ্যে দিয়ে বেরিয়ে যায়। এই ভাইরাস পরে সংক্রামিত ব্যক্তির হাত দিয়ে বাহিত হতে পারে এবং সরাসরি সংস্পর্শে ছড়াতে পারে, অথবা সংক্রামিত ব্যক্তির দ্বারা নাড়াচাড়া করা বা পরিবেশিত খাবার ও পানীয়ের বা জলখাওয়ার মাধ্যমেও ছড়াতে পারে। কিছু ক্ষেত্রে, ঠিকমত পরিষ্কার না করা নর্দমার দূষিত পানীয় জলের সাহায্যেও ছড়াতে পারে। যৌন কার্যাদি যাতে মুখ অথবা হাত মলের (ফিসিজ) সংস্পর্শে আসে, সেই ক্ষেত্রে একজনের থেকে আরেকজনের মধ্যে সংক্রমণ ঘটতে পারে।

হেপাটাইটিস A-এর উপসর্গগুলো কি?

হেপাটাইটিস A-এর উপসর্গ গুলো হল অত্যধিক ক্লান্তি বোধ, ক্ষুদ্রামান্দ্য, জ্বর এবং বমি করা। হয়ত প্রসাব গাঢ় রঙের এবং পরে জড়িস (ত্বকে হলদে ভাব এবং সাদাটে চোখ) হতে পারে। অসুখ খুব কমই মারাত্মক হয়ে থাকে এবং বেশির ভাগ লোক কোন জটিলতা ছাড়াই কয়েক সপ্তাহে ভাল হয়ে ওঠে। শিশু এবং কম বয়সী বাচ্চাদের উপসর্গের প্রবণতা খুব অল্প দেখা যায় এবং বড় বাচ্চা এবং প্রাপ্তবয়স্কদের তুলনায় তাদের জড়িস হওয়ার সম্ভাবনাও খুব অল্প দেখা দেয়। যারা সংক্রামিত হয়েছে তাদের প্রত্যেকের এই সকল লক্ষণ দেখা দিবে এমন কথাও নয়।

সংক্রমণ হবার পর কত তাড়াতাড়ি এই উপসর্গগুলি দেখা যায়?

আক্রান্ত হবার দুই থেকে ছয় সপ্তাহ মধ্যে এই উপসর্গগুলো দেখা যেতে পারে, তবে সচরাচর দেখা যায় তিন থেকে চার সপ্তাহের ভিতর।

একজন সংক্রামিত ব্যক্তি কত দিন ধরে ভাইরাস ছড়াতে সক্ষম হয়?

সংক্রমণের সময় শুরু হয় উপসর্গ দেখা দেবার মোটামুটি 2 সপ্তাহ আগে এবং ব্যক্তির জড়িস দেখা দেবার 1 সপ্তাহ পরে শেষ হয়।

কিভাবে হেপাটাইটিস A প্রতিরোধ করা যায়?

একজন থেকে আরেকজনে ছড়িয়ে পড়া প্রতিরোধ করতে, একমাত্র অপরিহার্য পদক্ষেপ হচ্ছে টয়লেট ব্যবহারের কিংবা ডায়াপার পাল্টানোর পর সতর্কভাবে সাবান এবং জল দিয়ে হাত ধোওয়া। হাত অথবা মুখ মলের (ফিসিজ) সংস্পর্শে আসে এমন যৌন সংক্রান্ত অভ্যাস এড়িয়ে চলুন, যেমন মলদ্বারে যৌনক্রিয়া অথবা মুখ-মলদ্বার সংস্পর্শ। যাদের তীর হেপাটাইটিস A রোগীদের সাথে থাকতে হয় এবং/অথবা তাদের সাথে ঘনিষ্ঠ ব্যক্তিগত যোগাযোগ আছে সেই সব ব্যক্তিদের জন্য গামা গ্লোবুলিন নামে ওষুধ সুপারিশ করা হয়েছে, সংক্রমণ প্রতিরোধের সাহায্যের জন্য। (যদি আপনি এমন দেশে বেড়াতে যান যেখানে হেপাটাইটিস A সচরাচর দেখা যায় তাহলে বোতালের জল ব্যবহার করবেন অথবা ব্যবহারের আগে কলের জল ফুটিয়ে নেবেন। দীর্ঘকালীন সুরক্ষার জন্য, ইমিউনাইজেশান সুপারিশ করা হয়েছে। হেপাটাইটিস A-এর টিকা 1995 সাল থেকে পাওয়া যাচ্ছে।)

কার বা কাদের হেপাটাইটিস A এর টিকা নেওয়া উচিত?

দি U.S. সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল এণ্ড প্রিভেনশন (CDC) হেপাটাইটিস A টিকা তাদের জন) সুপারিশ করেছে যারা :

- উচ্চ হারে হেপাটাইটিস A রোগ আছে এমন দেশে ভ্রমণ করে;
- উচ্চ হারে হেপাটাইটিস A রোগ আছে এমন গোষ্ঠীতে বাস করে;
- সূনিশ্চিত ভাবে ছড়িয়ে পড়া আকারে দেখা দিয়েছে এমন জায়গায় থাকে;
- গবেষণাগারের লোকজন যারা হেপাটাইটিস এ ভাইরাস নিয়ে কাজ করেন
- যৌনক্রিয়ায় সক্রিয় সমকামী/উভলিঙ্গ পুরুষরা;
- দীর্ঘদিন ধরে লিভারের অসুখ আছে;
- ইঞ্জেকশনের মাধ্যমে মাদকদ্রব্য ব্যবহারকারী।

যদিও নির্দিষ্ট চাকরি-সম্পর্কিত দলগুলির উপর (উদাহরণস্বরূপ খাদ্য পরিষেবা কর্মীরা, স্বাস্থ্য সেবা কর্মীরা, শিশু সেবা কর্মীরা, নর্দমায় কাজ করা কর্মীরা) পরীক্ষায় কোন ঝুঁকি বৃদ্ধি দেখা যায় নি, এই রকম লোকের জন্য টিকা বিবেচনা করা হতে পারে যদি তারা আবার তাদের ঝুঁকি কমাতে চায় অথবা এমন গোষ্ঠীতে থাকে যেখানে রোগের প্রাদুর্ভাব ঘটতে চলেছে।

হেপাটাইটিস -এ তে আক্রান্ত শিশু বিদ্যালয়ে হাজির হতে পারবে কি?

তীর হেপাটাইটিস সংক্রামিত শিশুকে জড়িস দেখা দেওয়ার (চামড়া ও চোখের সাদা অংশ হলুদ বর্ণ হওয়া) পর এক সপ্তাহ না হওয়া পর্যন্ত কিংবা জড়িস না হলে হেপাটাইটিস এ অ্যান্টিবডি ধনাত্মক রক্ত পরীক্ষার এক সপ্তাহ পর পর্যন্ত বিদ্যালয় থেকে বাইরে রাখা চাই