



# HEPATITIS A VIRUS

## হেপাটাইটিস এ ভাইরাস

সুনামী থেকে রক্ষা প্ৰাপ্ত মানুষদের জন্য নির্দিষ্ট হেপাটাইটিস এ সংক্রান্ত তথ্য

### হেপাটাইটিস এ কী?

হেপাটাইটিস এ হল লিভারের একটি অসুখ যা হেপাটাইটিস এ ভাইরাস থেকে হয়।

### হেপাটাইটিস এ-র দ্বারা আপনি কীভাবে সংক্রান্ত হবেন?

এক ব্যক্তি থেকে অপর ব্যক্তি তে এই ভাইরাস সংক্রান্ত হতে হয় যখন আপনি এমন কিছু মুখে দেন যা হেপাটাইটিস এ-তে আক্রান্ত ব্যক্তি র মল দ্বারা দূষিত বা সংক্রান্ত হতে পারে। এটি তখনই হতে পারে যখন আপনি এই ভাইরাস দ্বারা সংক্রান্ত হতে ব্যক্তি র মলের সংস্পর্শে আসা দূষিত জল বা খাদ্য গ্রহণ করেন। এই কারণে যেখানে ময়লা জল-নিষ্কাশন ও আবর্জনা-দূরীকরণের ব্যবস্থা খারাপ অথবা যেখানে উপযুক্ত ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি পালন করা হয় না, সে সব জায়গায় ভাইরাস আরও সহজে ছড়ায়।

### হেপাটাইটিস এ-র লক্ষণ কী কী?

ভাইরাস দ্বারা সংক্রান্ত হলেও প্রত্যেকের ক্ষেত্রে লক্ষণ প্রকাশ পায় না। শিশুদের থেকে বয়স্ক ব্যক্তিদের ক্ষেত্রে লক্ষণ প্রকাশ পাওয়ার সম্ভাবনা বেশি। যদি লক্ষণ দেখা যায়, সচরাচর তা আকস্মিক হয় এবং এতে জ্বর, ক্লান্তি, ভাব, খিদে কমে যাওয়া, বমিভাব, পেটে অস্বস্তি, কৃষ্ণাভ প্রস্রাব এবং জন্ডিস (ত্বক ও চোখের হলদে হওয়া) অন্তর্ভুক্ত থাকতে পারে। লক্ষণ সাধারণতঃ ২ মাসের কম থাকে; কিছু মানুষ ৬ মাস অধি অসুস্থ থাকেন। হেপাটাইটিস এ-র রোগসংক্রমণ ও রোগলক্ষণ-প্রকাশের গড় অন্তর্বর্তীকাল ২৮ দিন (সীমা: ১৫ - ৫০ দিন)।

### আপনি কী করে জানবেন আপনার হেপাটাইটিস এ হয়েছে কিনা?

হেপাটাইটিস এ নির্ণয় করতে একটি রক্ত পরীক্ষা (আইজিএম এন্টি - এইচ এ ভি) করতে হয়। আপনার যদি মনে হয় আপনি হেপাটাইটিস এ ভাইরাসের সংস্পর্শে এসেছেন তাহলে স্বাস্থ্যবিষয়ক একজন পেশাদার ব্যক্তির সাথে কথা বলুন।

### হেপাটাইটিস এ আপনি কীভাবে রোধ করতে পারেন?

ঘন ঘন হাত ধোবেন, বিশেষ করে শৌচালয়ে যাওয়ার পরে, খাওয়ার আগে এবং ডায়েপার পরিবর্তন করে দেবার পরে। অবশ্যই অনুমোদিত স্থানের পানীয় জল খাবেন এবং খাওয়ার আগে খাবার ভাল করে রান্না করে বা ধুয়ে খাবেন।

হেপাটাইটিস এ ভাইরাসের সংক্রমণ রোধ করতে দুটি বস্তু ব্যবহৃত হয়: ইমিউন গ্লোবিউলিন সংক্রমণ থেকে তক্ষুণি রক্ষা করে, কিন্তু মাত্র ৩ মাসের মত স্থায়ী হয়। হেপাটাইটিস এ টিকার কাজ করতে অন্ততঃ ২ সপ্তাহ লাগে, কিন্তু এর সুরক্ষা অন্ততঃ ২০ বছরের জন্য স্থায়ী হয়। আপনার স্বাস্থ্যবিষয়ক পেশাদার ব্যক্তির সাথে কথা বলে দেখুন এর কোন একটি আপনার জন্য সঠিক কিনা।

বিশদ তথ্যের জন্য দেখুন, [www.cdc.gov/hepatitis/](http://www.cdc.gov/hepatitis/), অথবা সি ডি সি-র পাবলিক রেসপন্স হটলাইনে ফোন করুন (888) 246-2675 (ইংলিশ), (888) 246-2857 (স্প্যানিশ), or (866) 874-2646 (টি টি ওয়াই)।