

การป้องกันการแพร่ขยายโรคตับอักเสบ บี

เช่นเดียวกับโรคติดต่อส่วนมาก การติดเชื้อโรคตับอักเสบ บี เป็นสิ่งที่ป้องกันได้ วิธีป้องกันการแพร่เชื้อโรคตับอักเสบ บี ได้แก่

- ▶ ทำการฉีดวัคซีนโรคตับอักเสบ บีให้แก่บรรดาผู้ที่อาจติดเชื้อทุกคน
- ▶ ต้องแน่ใจว่าผู้คนที่อยู่ใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรค
- ▶ หลีกเลี่ยงการสัมผัสเลือดของผู้อื่น
- ▶ ไม่ใช้อุปกรณ์ฉีดยาอย่างหนึ่งอย่างใดร่วมกัน (สำหรับผู้ที่ฉีดยาเสพติด)
- ▶ ไม่ใช่สิ่งของส่วนตัวร่วมกัน เช่น แปรงฟัน มีดโกน หรือที่ตัดเล็บ
- ▶ ถ้าติดเชื้อ ต้องไม่บริจาคเลือดหรือสุจิ
- ▶ มีเพศสัมพันธ์อย่างปลอดภัย (ใช้ถุงยางอนามัย)
- ▶ ขอคำแนะนำจากแพทย์ของท่านในกรณีทำงานของท่านเกี่ยวข้องกับความเป็นได้ว่าเลือดอาจไปติดผู้อื่น

การรักษาและการดำเนินการ

มีการตรวจเลือดหลายครั้งเพื่อทำการวินิจฉัยโรคและคอยติดตามดูอาการของการติดเชื้อโรคตับอักเสบ บี ควรปรึกษาการทดสอบเหล่านี้กับแพทย์ของท่านหรือแพทย์เฉพาะโรคตับ

ขอแนะนำว่าผู้ที่เป็นโรคตับอักเสบ บี ควรขอคำแนะนำเกี่ยวกับทางเลือกในการรักษาจากแพทย์จีพี แพทย์จีพีของท่านจะเป็นผู้ตัดสินใจว่าควรรักษาอย่างไร โดยพิจารณาจากอาการและระดับการติดเชื้อของท่านซึ่งอาจรวมถึงการทดสอบเป็นประจำและ/หรือการใช้ยาจำกัดไวรัส

คำแนะนำในการดำเนินชีวิต

- ▶ กินอาหารที่มีสุขภาพและมีสัดส่วนสมดุลย์
- ▶ กำหนดปริมาณการบริโภคแอลกอฮอล์
- ▶ ลดปริมาณหรือควรหยุดสูบบุหรี่
- ▶ ก่อนใช้ยาแทน ต้องปรึกษาแพทย์เฉพาะทางและแพทย์จีพี เนื่องจากยาบางชนิดอาจเป็นอันตรายต่อบตับของท่าน

ท่านอาจต้องการนำแผ่นปลิวนี้ไปปรึกษากับแพทย์ของท่าน

ขอข้อมูลเพิ่มเติมได้จาก:

- ▶ เฮปาไทติส ออสเตรเลีย (Hepatitis Australia)
โทรศัพท์: 1300 437222 (สายข้อมูลแห่งชาติ ที่จะส่งต่อไปยังเขตชนบทในรัฐ/มณฑลต่างๆ)
www.hepatitisaustralia.com
- ▶ สายช่วยเหลือของแคนเซอร์ คานันซิล (Cancer Council Help Line) โทรศัพท์ 13 11 20 หรือดูที่เว็บไซต์ www.cancer.org.au/home.htm
- ▶ สมาคมการแพทย์ เอชไอวี แห่งออสเตรเลีย (Australian Society for HIV Medicine)
www.ashm.org.au
- ▶ สมาคมวิทยาการทางเดินอาหารแห่งออสเตรเลีย (Gastroenterological Society of Australia)
www.gesa.org.au/leaflets.cfm
- ▶ สมาคมพันธมิตรโรคตับอักเสบ บี (National Hepatitis B Alliance)
ดู “ข้อมูล – ผู้ป่วย” ที่ <http://alliance.hepatitis.org.au>

จัดทำโดย Australasian Society for HIV Medicine and the Cancer Council of NSW

ได้รับทุนสนับสนุนจากกระทรวงสาธารณสุขแห่งรัฐนิวเซาท์เวลส์



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

Australasian Society for HIV Medicine
Locked Mail Bag 5057 Darlinghurst NSW 1300
โทรศัพท์: 02 8204 0700
โทรสาร: 02 9212 2671
อีเมล: ashm@ashm.org.au

ISBN: 978-1-920773-83-0

© Australasian Society for HIV Medicine 2010
ABN: 48 264 545 457

พิมพ์เมื่อเดือน กุมภาพันธ์ 2010
พิมพ์เพิ่มเติม มิถุนายน 2010

พิมพ์หรือส่งเอกสารข้อมูลนี้เพิ่มจาก: www.ashm.org.au/publications

Thai

Hepatitis B

Fact Sheet

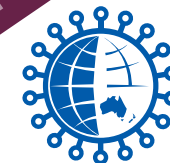
For people newly diagnosed

โรคตับอักเสบ บี

เอกสารข้อมูล

สำหรับผู้เพิ่งได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรค

Positive



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

โรคตับอักเสบ บี คืออะไร

ตับอักเสบหมายถึงอาการอักเสบของตับ เกิดขึ้นบ่อยจากการติดเชื้อจากไวรัส เช่น ไวรัสตับอักเสบ บี เมื่อไวรัสตับอักเสบ บี เข้าสู่ร่างกายคน มันจะเข้าสู่ตับซึ่งเป็นบริเวณที่มันจะอาศัยอยู่และขยายพันธุ์ ทว่าความพยายามของร่างกายในการที่จะทำลายไวรัสนี้เองที่เป็นสาเหตุของการทำให้ตับเกิดการอักเสบและถูกทำลายได้มากที่สุด

ผลกระทบของการติดเชื้อตับอักเสบ บี ขึ้นอยู่กับอายุของผู้ที่ติดเชื้อในขณะนั้น ทารกที่ติดเชื้อตับอักเสบ บี มักจะกลายเป็นการติดเชื้อในระยะยาว (เรื้อรัง) ผู้ที่ติดเชื้อเมื่อเป็นผู้ใหญ่ร้อยละ 95 มีโอกาสที่จะขจัดไวรัสออกจากร่างกายได้

ผู้ที่ป่วยด้วยโรคตับอักเสบ บี จำนวนมากจะไม่มีอาการของโรค ดังนั้นพวกเขาจึงไม่รู้ตัวว่าติดเชื้อไวรัสนี้ บางคนอาจรู้สึกอ่อนเพลีย คลื่นไส้ (รู้สึกว่าจะอาเจียน) และติชาน (ตาและผิวหนังออกเป็นสีเหลือง) ทว่าทารกไม่ว่าใครจะมีอาการของการติดเชื้อ ประมาณร้อยละ 50 ของเด็กวัยร่นและผู้ใหญ่จะมีตัวเหลืองเมื่อติดเชื้อเป็นครั้งแรก ซึ่งเรียกว่าโรคตับอักเสบ บี ขั้นร้ายแรง

โรคตับอักเสบ บี เรื้อรัง

ผู้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคตับอักเสบ บี เรื้อรังคือผู้ที่ติดเชื้อไวรัสนี้มานานกว่า 6 เดือน (ได้รับการยืนยันจากการตรวจเลือด)

โรคตับอักเสบ บี เรื้อรังจะเกิดขึ้นในผู้ใหญ่ประมาณร้อยละ 5 เด็กบางคนและทารกเป็นส่วนมากที่ติดเชื้อโรคนี

ผู้ที่เป็นโรคตับอักเสบ บี เรื้อรังมักจะมีการติดเชื้อไปตลอดชีวิต และถึงแม้ว่าโดยทั่วไปจะมีสุขภาพดีแต่มีการเสี่ยงเพิ่มขึ้นต่อการมีโรคแทรกซ้อนที่ร้ายแรง อาทิเช่น โรคตับแข็ง (ตับเป็นแผล) และมะเร็งตับ

ประการสำคัญคือมีความเป็นไปได้ว่าผู้ที่เป็นโรคตับอักเสบ บี จะแพร่เชื้อไปยังผู้อื่น นอกจากว่าเขาจะทำตามคำแนะนำต่างๆ บางอย่าง

โรคตับอักเสบ บี แพร่ขยายได้อย่างไร?

โรคตับอักเสบ บี แพร่ขยายได้เมื่อเลือดหรือของเหลวอื่นๆจากร่างกายของผู้ติดเชื้อ (เช่น น้ำลาย น้ำนม น้ำอสุจิ และของเหลวจากช่องคลอด) เข้าสู่ร่างกายของผู้ที่ไวต่อการติดเชื้อ โรคตับอักเสบ บี แพร่ขยายได้ดังนี้:

- ▶ หญิงตั้งครรภ์ที่เป็นโรคตับอักเสบ บี สามารถถ่ายทอดการติดเชื้อให้แก่ทารกได้
- ▶ การมีเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอด ทวารหนัก หรือทางปาก โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัย
- ▶ ใช้เข็มฉีดยา หลอดฉีดยา และอุปกรณ์การฉีดยาอื่นๆที่ใช้แล้ว
- ▶ การสักหรือการเจาะส่วนต่างๆของร่างกาย
- ▶ การใช้แปรงฟัน มีดโกน หรือที่ตัดเล็บร่วมกับผู้ที่ติดเชื้อ
- ▶ การถ่ายเลือด (ไม่ว่าใคร่เกิดขึ้นมากในออสเตรเลีย)
- ▶ บาดเจ็บจากการถูกเข็มฉีดยาแทงโดยบังเอิญ หรือการกระเด็นของเลือดหรือของเหลวจากร่างกายของผู้ที่ติดเชื้อ
- ▶ กีฬาที่สัมผัสกัน ถ้าการบาดเจ็บทำให้สัมผัสกับเลือดของผู้ติดเชื้อ

อาการของการติดเชื้อ

หลายคนติดเชื้อไวรัสตับอักเสบ บี ไม่แสดงอาการใดๆเลย อย่างไรก็ตามการติดเชื้ออย่างรุนแรงอาจมีผลทำให้เกิดอาการดังต่อไปนี้:

- ▶ ไม่อยากอาหาร
- ▶ คลื่นไส้และอาเจียน
- ▶ อ่อนเพลีย
- ▶ ติชาน (ตาและผิวหนังเหลือง)
- ▶ ปวดในท้องน้อย (บริเวณหน้าท้อง)
- ▶ ปวดกล้ามเนื้อและข้อต่อ

ผู้ใดควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบ บี?

ผู้ที่ควรฉีดรวมทั้ง:

- ▶ ทารกและเด็กเล็กทุกคน
- ▶ ผู้ย้ายถิ่นที่เกิดในประเทศที่มีอัตราการติดเชื้อโรคตับอักเสบ บี สูง (ตัวอย่างเช่นในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ หมู่เกาะแปซิฟิก ยุโรปใต้หรือตะวันออก หรือแอฟริกา)
- ▶ ผู้เยาว์อายุระหว่าง 10-13 ปี (ถ้ายังไม่เคยฉีดวัคซีนมาก่อน)
- ▶ ผู้คนในครัวเรือนของผู้เป็นโรคตับอักเสบ บี ร้ายแรงและเรื้อรัง
- ▶ คู่เพศสัมพันธ์ของผู้ติดเชื้อ
- ▶ ผู้รับผลิตภัณฑ์เลือด
- ▶ เจ้าหน้าที่สุขภาพและเจ้าหน้าที่บริการฉุกเฉิน
- ▶ ชายที่มีเพศสัมพันธ์กับชาย (เอ็มเอสเอ็ม)
- ▶ ผู้ที่ฉีดยาเสพติดเข้าเส้นเลือด (ไอติย)

ข้าพเจ้าควรบอกคนอื่นไหม?

ผลการตรวจโรคตับอักเสบ บี เป็นเรื่องส่วนตัว ท่านไม่ต้องบอกใครในทันที อย่างไรก็ตามท่านจำเป็นต้องใช้ความระมัดระวังเพื่อป้องกันไม่ให้การติดเชื้อแพร่ขยายออก ตามที่ระบุไว้ข้างล่างนี้

ท่านจะได้รับการแนะนำให้บอกคู่เพศสัมพันธ์ของท่านและผู้ใกล้ชิดภายในครัวเรือนเพื่อว่าเขาเหล่านั้นอาจต้องทำการทดสอบและฉีดวัคซีนป้องกัน

ถ้าท่านเป็นเจ้าหน้าที่สุขภาพท่านต้องไม่ให้บริการที่มี “แนวโน้มนั้แพร่เชื้อโรค” (ดูข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับบริการให้ความช่วยเหลือในเอกสารข้อมูลนี้) ถ้าท่านปฏิบัติหน้าที่ในเหล่าทัพต่างๆของออสเตรเลียท่านจำเป็นต้องเปิดเผยหากท่านเป็นโรคตับอักเสบ บี เรื้อรัง