## ХАЛДВАРААС ХЭРХЭН УРЬДЧИЛАН СЭРГИЙЛЭХ ВЭ?

Шаардлагагүй тарилга, хатгалтаас зайлсхийх

Баталгаатай цус, цусан бүтээгдэхүүн сэлбүүлэх

Эмнэлгийн багаж хэрэгслийг стандартын дагуу ариутгаж, боломжтой бол 1 удаагийн багаж хэрэгсэл хэрэглэх

Сахлын хутга, шүдний сойз, хумсны хутга зэрэг ахуйн эд зүйлсийг дамжуулан хэрэглэхгүй байх

Бэлгийн тогтмол хавьтагчтай байх, хамгаалалтгүй бэлгийн харьцаанаас татгалзах

Шивээс хийлгэх, арьс цоолох зэрэг арьс салстын бүрэн бүтэн байдлыг алдагдуулах ажилбараас татгалзах

## ДАРХЛААЖУУЛАЛТ

Одоогоор хепатитийн С вирусийн халдвараас урьдчилан сэргийлэх вакцин хараахан гараагүй байна.

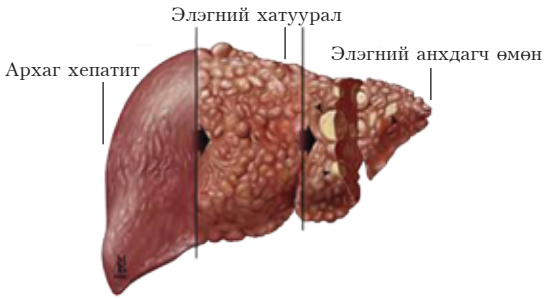
ЖИЛ БҮРИЙН 7 САРЫН 28-НЫ ӨДӨР

Хепатитийн вирусийн халдварыг эрт оношлуулж эмчлүүлсэнээр та өвчний хүндрэлээс сэргийлж, өөрийн хайртай хүмүүсээ хамгаалах боломжтой.

FIRE
Flagstaff International Relief Effort

# ХЕПАТИТИЙН С ВИРУСИЙН ХАЛДВАР

www.fireprojects.org




## ХЕПАТИТИЙН С ВИРҮСИЙН ТАЛААР

- Хепатитийн С вирүс нь элгийг сонгомлоор гэмтээдэг бөгөөд өвчин эхлэхдээ шинж тэмдэггүй эсвэл хөнгөн илэрдэг боловч ихэнх тохиолдолд архагшдаг.
- Манай орон хепатитийн С вирүсийн халдвар нутагшмалаар өндөр тархсан орны тоонд багтдаг.

**Та хэдийгээр халдвар авсан ч танд шинж тэмдэг, зовиур илрэхгүй эрүүл мэт харагдаж болно.**

Ихэнх тохиолдолд энэ өвчний үед ямар нэг шинж тэмдэг илэрдэггүй тул хүмүүс халдвар авснаа мэдэлгүйгээр бусдад халдвар тараах эрсдэлтэй байдаг.

- Ядарч сульдах
- Арьс салст шарлах
- Хоолны дур, шингэц муудах
- Гэдэс дүүрэх, цанхайх
- Аюулхай, баруун хавирганы нуман доогуур тулж хатуулдах
- Шээсний өнгө өөрчлөгдөж өтгөн хар цай шиг болох зэрэг шинж тэмдгүүд илэрнэ.

## ХАЛДВАР ДАМЖИХ ЗАМУУД

**1. Цусаар**

- Халдвартай цус, цусан бүтээгдэхүүн сэлбүүлэх
- Халдвартай хүний цус болон биологийн шингэнээр бохирлогдсон зүү тариур, эмнэлгийн багаж хэрэгсэл
- Сахлын хутга, шүдний сойз, хумсны хутга гэх мэт ахуйн хэрэгслийг дамжуулан хэрэглэх
- Арьс цоолох, шивээс хийх зэрэг гоо сайхны ажилбарын багаж хэрэгслийг дутуу ариутгах, дахин хэрэглэх

**2. Бэлгийн замаар**

- Халдвартай хүнтэй хамгаалалтгүй бэлгийн хавьталд орох

**3. Эхээс хүүхдэд**

- Халдвартай эхээс хүүхэд төрөх үед халдвар дамжих боломжтой.

## ХАЛДВАР ДАМЖИХГҮЙ ЗАМУУД

- Ханиаж найтаах
- Тэврэх, үнсэх
- Хоол хүнс, аяга тавгаа дундаа хэрэглэх
- Ахуйн хавьтал
- Хөхөөр хооллох зэргээр халдвар дамжихгүй.

## ХЭРВЭЭ ТА ХЕПАТИТИЙН С ВИРҮСИЙН ХАЛДВАРТАЙ БОЛ

- **Тогтмол шинжилгээ өгөх**

Хепатитийн С вирүсийн халдвар ихэнх тохиолдолд архагшиж, алсдаа элэгний хатуурал, хавдрын урьтал шалтгаан болдог.

Хэдийгээр танд өвчний шинж тэмдэг, зовиур илрэхгүй байсан ч дараах шинжилгээг тогтмол өгч байгаарай.

| Хугацаа | Шинжилгээ | Оношилгооны ач холбогдол |
|---|---|---|
| 6 сар тутам | Цусанд АЛАТ, АСАТ үзэх | Элэгний эсийн гэмтэл |
| | Цусанд Альфа фетопротейн /AFP/ үзэх | Элэгний хавдар |
| Жилдээ* | Элэгний хэт авиан оношилгоо | Элэгний бүтцийн өөрчлөлт |

* Таны гэр бүлийнхний хэн нэг нь элэгний хавдраар өвчилж байсан бол та энэ шинжилгээг 6 сар тутам өгөөрэй.

- **Эмчийн хяналтанд байх**
- **Зөв зохистой хооллох, амьдралын хэв маягаа өөрчлөх**
- **Архи, согтууруулах ундаанаас татгалзах**
- **Хепатитийн бусад вирүсийн хавсарсан халдвараас сэргийлэх**

Хэрвээ та хепатитийн А, В вирүсийн халдвар илрүүлэх шинжилгээ өгч, халдваргүй нь батлагдсан бол сайн дурын дархлаажуулалтанд хамрагдаарай.

**Хепатитийн С вирүсийн халдвартай байна гэдэг нь ичгэвтэр хэрэг бус гэдгийг сана. Халдвартай хүмүүс бусдын л адил эрхээ эдэлж, амьдрах эрхтэй.**