NHS

Public Health England

ہیپاٹائٹس بی

دوران حمل اور بچے کی پیدائش کے بعد آپ کی دیکھ بھال کرنے کی گائیڈ

immunisation

خود کو اور اپنے بچے کو بچانے کا محفوظ ترین طریقہ

اِس کتابچے میں کیا ہے؟

4 آپ کے سکریننگ ٹیسٹ کا نتیجہ اور اِس مطلب

5 ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

5 مجھے ہیپاٹائٹس بی کیسے ہوا؟

6 آپ کی کیئر کے سلسلے میں منصوبہ بندی کرنا

7 آپ کے علاج اور کیئر کی نگرانی کرنا

8 آپ کے بچے کی کیئر

9 آپ کے بچے کے حفاظتی ٹیکوں کا شیڈیول

10 جب آپ گھر جائیں تو

11 کِسے جاننا درکار ہے؟

آپ کے سکریننگ ٹیسٹوں کے نتائج اور اِن کا مطلب

آپ نے حال ہی میں ٹیسٹوں کے لیے خون کے نمونے دیئے تھے۔ ایک رزلٹ یہ ظاہر کرتا ہے کہ آپ کو ایک طرح کی انفیکشن ہے جِسے ہیپاٹائٹس بی کہا جاتا ہے۔

یہ کتابچہ وضاحت کرتا ہے کہ ہیپاٹائٹس بی کیا ہے اور آپ، آپ کے بچے اور آپ کے اہلخانہ کے لیے اِس کے کیا معنی ہیں۔

اِس کتابچے میں معلومات ہیں کہ اپنے آپ کو دورانِ حمل صحتمند رکھنے کے لیے آپ کو کیا درکار ہے اور آپ کے بچے اور آپ کے اہلخانہ کو کس کیئر کی ضرورت ہے۔

آپ کے حمل کے دوران آپ کی دیکھ بھال ایک سپیشلٹ ٹیم کرے گی جو اِس لیفلٹ میں موجود تمام کی تمام معلومات کی وضاحت کرے گی، بشمول اِس کے کہ آپ جہاں رہتے ہیں وہاں کونسی کیئر دستیاب ہے اور ہر اُس سوال کا جواب دے گی جو آپ یا آپ کے پارٹنر کرنا چاہیں۔

ٹیم میں ایک سکریننگ مِڈوائف، ایک سپیشلٹ نرس، امراضِ جگر کے علاج کی/کا ایک ڈاکٹر، ایک دائی، ایک فارماسسٹ اور آپ کا/کی جی پی، پریکٹس نرس اور ہیلتھ وزٹر شامل ہوسکتے ہیں۔

ہیپاٹائٹس بی کیا ہے؟

ہیپاٹائٹس بی ایک انفیکشن ہے جو کہ ایک وائرس کی وجہ سے ہوتی ہے۔ وائرس ایک طرح کا جراثیم ہے جو انفیکشن اور بیماری کا موجب بن سکتا ہے۔

وائرس آپ کی صحت کے ساتھ کئی مسائل پیدا کرسکتا ہے بشمول سوزشِ جگر کے اور جگر کی شدید بیماریوں بشمول جگر کے داغوں (سروسس) اور سرطان کے۔ جگر جسم میں سب سے بڑا اور بہت ہم عضو ء ہے۔ یہ کئی کام کرتا ہے ان کے بشمول:

- آپ کا خون صاف کرنا
- جو غذا آپ کھاتے ہیں اُسے ہضم کرنے کے لیے صفرا/بائل پیدا کرنا
- آپ کو توانائی مہیا کرنے کے لیے آپ کے کھانے سے شکر ذخیرہ کرنا

مجھے ہیپاٹائٹس بی کیسے ہوا؟

دنیا کے کچھ حصوں میں ہیپاٹائٹس بی زیادہ عام ہے۔ انفیکشن ایک ایسی بیماری ہوتی ہے جو آپ کو کسی دوسرے سے لگتی ہے۔ یہ دوسرے لوگوں تک پھیلائی بھی جاسکتی ہے۔

ہیپاٹائٹس بی کا وائرس کسی متاثرہ فرد کے خون یا جسمانی رطوبتوں میں موجود ہوتا ہے۔ جسمانی رطوبتیں خون، منی، تھوک یا فرجی رطوبتوں جیسی چیزیں ہوتی ہیں۔ یہ بوسہ لینے، ہاتھ پکڑنے، گلے لگانے، کھانسنے، چھینکنے یا کھانے پینے کے برتنوں کے تبادلے سے نہیں پھیلتا ہے۔

یہ اِن طریقوں سے پھیل سکتا ہے:

- یہ دوران حمل یا زچگی، ماں سے بچے کو
- کونڈم کے بغیر مباشرت کے دوران
- متاثرہ سوئی یا منشیات کے آلات شیئر کرنے سے
- ٹیٹو بنوانے، جسم میں چھید کروانے یا طبی یا دندان کے علاج کے لیے غیر سٹرلائز شدہ آلات کے استعمال کے ذریعے
- ریزرز یا ٹوتھ برش پر موجود خون کی معمولی مقدار سے
- جن ممالک میں انفیکش عام ہے وہاں خاندان کے اندر (بچے سے بچے کو)

آپ کی کیئر کے سلسلے میں منصوبہ بندی کرنا

یہ بہت اہم ہے کہ آپ اپنا خیال رکھیں اور اپنی تمام اپائنٹمنٹس پر آئیں۔

آپ کی کیئر کے بارے میں منصوبہ بندی کرنے کے لیے حمل اور زچگی کے دوران سپیشلسٹ ٹیم آپ کے ساتھ مل کر کام کرے گی۔

وہ آپ کو ذیل کے بارے میں معلومات مہیا کریں گے:

- زچگی سے لے کر 12 ماہ کی عمر تک اپنے بچے کو حفاظتی ٹیکوں کے ذریعے کیسے محفوظ رکھنا ہے
- آپ کے پارٹنر، دیگر بچوں اور دیگر اہلخانہ یا گھرانے کے دیگر لوگوں کو ٹیسٹ کروانا

آپ کو کچھ اور بلڈ ٹیسٹ اِس بات کا پتہ لگانے کے لیے کروانا پڑیں گے کہ آپ کے خون میں ہیپاٹائٹس بی کا کتنا وائرس موجود ہے۔ اِس سے ہمیں پتہ چلے گا کہ آپ میں دوسروں کو **وائرس منتقل کرنے کے کم امکان ہیں** یا **وائرس منتقل کرنے کے زیادہ امکان ہیں۔**

پھر اِن ٹیسٹوں کے نتائج کی بنیاد پر ہم آپ اور آپ کے بچے کے بہترین علاج کے لیے منصوبہ بندی کرسکتے ہیں۔ اگر وائرس کا لیول بڑا ہے تو ہوسکتا ہے کہ آپ کی سپیشلسٹ ٹیم آپ سے گولیاں لینے کو کہے تاکہ وائرس کا لیول کم کیا جاسکے۔ آپ کے جگر کی صحت کا معائنہ کرنے کے لیے آپ کا سکین بھی کیا جاسکتا ہے۔

ہم آپ کے حمل کے آخری ایام کے دوران آپ سے ملاقات کریں گے اور بات چیت کریں گے کہ جب آپ کا بچہ پیدا ہوگا تو کیا ہو گا اور آپ کے کوئی سے بھی سوالوں کے جواب دیں گے۔ ہیپاٹائٹس بی آپ کے بچے کی پیدائش کے طریقے پر اثرانداز نہیں ہوتا۔ یہ بجائے خود ایسی وجہ نہیں ہے جس کی بناء پر پیدائش سیزیرین آپریشن کے طریقے سے ہو گی۔

آپ محفوظ طریقے سے اپنے بچے کو دودھ پلا سکتی ہیں۔ یہ اہم بات ہے کہ اپنے بچے کی پیدائش کے بعد آپ اپنی تمام اپائنٹمنٹس پر آئیں تاکہ آپ اور آپ کے بچے کو صحتمند رکھا جاسکے۔ اگر آپ یا آپ کے اہلخانہ کوئی سوال کرنا چاہیں تو ٹیم اُن کے جوابات دینے کے لیے دستیاب ہے۔

آپ کے علاج اور کیئر کی نگرانی کرنا

پبلک ہیلتھ انگلینڈ (پی ایچ ای) کی قانونی ذمہ داری ہے کہ وہ قابلِ اطلاع متعدی بیماریوں، جیسے ہیپاٹائٹس بی، کی نگرانی کرے۔ اِس کا مطلب یہ ہے کہ وائرس کی وجہ سے ہونے والی بیماریوں پر نظر رکھی جائے کہ آیا اِس میں کوئی تبدیلی واقع ہو رہی ہے اور یہ چیک کیا جائے کہ آیا وہ ویکسین کام کررہی ہے یا نہیں جو کہ ہم نے استعمال کی تھی۔

یہ جاننا ضروری ہے، کہ آیا وائرس آپ کے بچے میں منتقل ہوا یا نہیں، اور یہ کب اور کیسے ہوا. ایسا کرنے کے لیے ہم آپ کی اجازت لے کر آپ اور آپ کے بچے کے خون کے نمونے خصوصی ٹیسٹوں کے لیے بھجوائیں گے:

تمام خواتین اور شیرخوار بچے

- حمل کے ابتدائی ایام میں آپ کے خون کا چھوٹا سا نمونہ
- 12 ماہ کی عمر پر آپ کے بچے کے خون کا چھوٹا سا نمونہ
- اگر آپ میں وائرس پھیلانے کا خطرہ زیادہ ہوا تو ہمیں ذیل کی بھی ضرورت ہو گی:
  - بچے کی پیدائش کے بعد آپ کے خون کا چھوٹا سا نمونہ
  - پیدائش کے وقت آپ کے نومولود بچے کی ایڑی سے خون کے 3 چھوٹے دھبے*

پھر اِس کا تقابلی جائزہ آپ کے بچے کے اُس ٹیسٹ کے مقابلے میں لیا جائے گا جو کہ اُس وقت کیا جائے گا جب اُس کی عمر ایک سال ہو گی اور یہ سائنس دانوں کی یہ سمجھنے میں مدد کرے گا کہ وائرس کیسا برتاؤ کر رہا ہے۔

***نوٹ**

پیدائش کے وقت آپ کے بچے کا لیا جانے والا خون کا نمونہ اُس سے مختلف ہوتا ہے جو کہ 5 دن کی عمر میں 'ہیل پرک' ٹیسٹ کے لیے لیا جاتا ہے اور یہ انتہائی اہم ہے کہ آپ کے بچے کا سکریننگ ٹیسٹ بھی کیا جائے۔

آپ کے بچے کی کیئر

اگر آپ یقینی بنائیں کہ آپ کے بچے کو حفاظتی ٹیکے وقت پر لگیں تو ہیپاٹائٹس بی کی انفیکشن کا تدارک ہوسکتا ہے۔

حفاظتی ٹیکے آپ کے بچے کے وائرس سے متاثر ہونے کے امکانات کو بہت حد تک کم کردیں گے۔

ہیپاٹائٹس بی سے متاثرہ ماؤں کے ہاں پیدا ہونے والے بچوں کو اضافی حفاظت کی ضرورت پڑتی ہے۔ اضافی ٹیکے پیدائش کے فوری بعد اور 4 ہفتے اور 12 ماہ کی عمر میں لگائے جاتے ہیں۔

اگر دوران حمل آپ میں وائرس کی بڑی مقدار موجود تھی تو آپ کے بچے کو پیدائش کے فوراً بعد ایک اور اضافی ٹیکے کی ضرورت ہو گی جسے ہیپاٹائٹس بی امیونوگلوبولن (ایچ بی آئی جی) کہتے ہیں۔

جب آپ کے بچے کی عمر 8 ہفتے ہو گی تو اُنہیں معمول کے وہ حفاظتی ٹیکے بھی شروع کروائے جائیں گے جو سب بچوں کو لگتے ہیں۔ اِن میں ہیپاٹائٹس بی کے حفاظتی ٹیکے بھی شامل ہوتے ہیں۔

اہم نوٹ:

بارہ ماہ کی عمر میں جب آپ کے بچے کو تمام حفاظتی ٹیکے لگ جائیں تو آپ کو بچے کو خون کا ٹیسٹ کروانے کی ضرورت پڑے گی تاکہ یہ دیکھا جاسکے کہ آیا اُسے ہیپاٹائٹس بی انفیکشن ہے یا نہیں۔

آپ کے بچے کی ویکسینشن کا شیڈیول

ہیپاٹائٹس بی کے خلاف حفاظت کے لیے آپ کے بچے کو کُل 6 حفاظتی ٹیکوں کی ضرورت پڑے گی۔ یہ انتہائی اہم ہے کہ آپ کے بچے کو یہ سب لگیں۔

ویکسینشن 1 - سنگل ہیپاٹائٹس بی بچے کی عمر ایک دن ہونے سے قبل ہسپتال میں۔ کچھ بچوں کو اضافی حفاظت کے لیے امیونوگلوبولن (ایچ بی آئی جی) کے دوسرے ٹیکے کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔	**دن 1**
ویکسینشن 2 - سنگل ہیپاٹائٹس بی 4 ہفتے کی عمر میں - یقینی بنائیں کہ آپ نے بچے کا اندراج جی پی کے پاس کروا دیا ہو۔	**ہفتے 4**
ویکسینیشن 3 8 ہفتے کی عمر میں بچوں کے معمول کے حفاظتی ٹیکوں کے ساتھ جن میں ہیپاٹائٹس بی بھی شامل ہے۔	**ہفتے 8**
ویکسینیشن 4 12 ہفتے کی عمر میں بچوں کے معمول کے حفاظتی ٹیکوں کے ساتھ جن میں ہیپاٹائٹس بی بھی شامل ہے۔	**ہفتے 12**
ویکسینیشن 5 16 ہفتے کی عمر میں بچوں کے معمول کے حفاظتی ٹیکوں کے ساتھ جن میں ہیپاٹائٹس بی بھی شامل ہے۔	**ہفتے 16**
ویکسینشن 6 - سنگل ہیپاٹائٹس بی 12 ماہ کی عمر میں آپ کے بچے کے خون کا ٹیسٹ کیا جائے گا تاکہ پتہ کیا جاسکے کہ اُسے ہیپاٹائٹس بی تو نہیں ہے۔ یہ انتہائی اہم ہے۔	**ماہ 12**

سب اپائنٹمنٹس کے لیے ریڈ بُک کا ساتھ لے جانا مت بھولیں یا صحت کے ماہرین کو یاد دلائیں کہ وہ اِسے آن لائن پُر کر دیں۔

جب آپ گھر جائیں تو

اپنے بچے کی پیدائش کا اندراج کروائیں

انگلینڈ، ویلز اور شمالی آئرلینڈ میں بچے کی پیدائش کے 42 دن کے اندر سب پیدائشوں کا اندراج کروایا جانا ضروری ہے۔ اگر آپ شادی شدہ ہیں تو یہ آپ کے شوہر اکیلے بھی کروا سکتے ہیں۔ آپ کو ایک پیدائشی/برتھ سرٹیفیکیٹ دیا جائے گا۔

اپنے بچے کو جی پی کے ساتھ رجسٹر کروائیں

یہ بات یقینی بنانے کے لیے کہ آپ اور آپ کے بچے کو وہ سب کیئر ملے جس کہ آپ کو ضرورت ہو، تو آپ کا جی پی کے ساتھ اندراج کروانا ضروری ہے۔

جیسے ہی بچے کی پیدائش ہو تو اُن کا جی پی کے ساتھ اندراج کروا دیں تاکہ آپ -4ہفتے کی ویکسینیشن کے لیے بُک کر سکیں۔ اگر آپ کے پاس برتھ سرٹیفیکٹ ہو تو یہ ایسا کرنا آسان ہو جائے گا۔ اگر آپ کو اِس سلسلے میں کوئی مسئلہ درپیش ہو تو اپنی مڈوائف یا ہیلتھ وزٹر کو بتائیں۔

مستقبل کے لیے کیئر

یہ اہم ہے کہ آپ اور آپ کے بچے کے لیے مقرر کی جانے والی تمام تر اپائنٹمنٹس پر جائیں بشمول اُن کے بھی جو سپیشلسٹ ٹیم کے ساتھ ہسپتال میں مقرر ہوں۔

جب آپ کے بچے کی عمرچھہفتے ہو تو آپ اور آپ کے بچے کو جی پی کے پاس جانا چاہیے تاکہ یہ چیک کیا جا سکے کہ پیدائش کے بعد سب کچھ ٹھیک ٹھاک ہے۔

کِسے آپ اور آپ کے بچے کے بارے میں جاننا درکار ہے؟

ہمیں ہر اُس فرد کو بتانا ہو گا جو کہ آپ اور آپ کے بچے کی کیئر کرنے میں شامل ہو کہ آپ کو ہیپاٹائٹس بی ہے تاکہ ہم:

- آپ کی کیئر کے بارے میں منصوبہ بندی کر سکیں اور یہ محفوظ طریقے سے مہیا کرسکیں
- سپیشلسٹ ٹیم کے ساتھ آپ کو درکار تمام اپائنٹمنٹس بنا سکیں
- آپ کے بچے کی کیئر اور حفاظتی ٹیکوں کے سلسلے میں تمام اپائنٹمنٹس بنا سکیں۔

ہمیں دیگر ماہرین کو بتانے کے لیے آپ کی اجازت درکار ہے کہ آپ کو ہیپاٹائٹس بی ہے۔ اِن میں شامل ہیں:

- جی پی
- آپ کی ہیلتھ وزٹر
- چائلڈ ہیلتھ انفارمیشن سروس جو کہ آپ کے بچے کے حفاظتی ٹیکوں اور پیدائش کے وقت کیے گئے ٹیسٹوں کا ریکارڈ رکھتی ہے۔

PHE/پی ایچ ای یہ بات یقینی بنانے کے لیے معلومات اکھٹی کرتی ہے کہ حفاظتی ٹیکوں کے پروگرام محفوظ اور موثر ہوں۔

یہاں پر پتہ کریں کہ پبلک ہیلتھ انگلینڈ اور این ایچ ایس آپ کی سکریننگ معلومات کیسے استعمال اور محفوظ کرتا ہے www.gov.uk/phe/screening-data

مزید معلومات

این ایچ ایس
www.nhs.uk/conditions/hepatitis

اپنے بچے کی پیدائش کا اندراج کروانا
www.gov.uk/register-birth

اپنے بچے کا جی پی کے ساتھ اندراج کروانا
www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice/

آپ کے بچے کا ذاتی ہیلتھ ریکارڈ (ریڈ بُک)
www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/baby-reviews/#the-personal-child-health-record-red-book

NHS

© Crown copyright

مارچ 2020

اگر آپ کو مزید مفت نقول درکار ہوں یا لیفلٹ مختلف، ترجمہ شدہ اشکال ڈاؤن لوڈ کرنا چاہیں
تو براہ مہربانی اِس لِنک پر جائیں: www.healthpublications.gov.uk/Home.html
پراڈکٹ کا کوڈ 2019256HB
1p 5K MAR (APS)

---

www.nhs.uk/vaccinations