Public Health England

NHS

Cagaarshowga B

Hagaha daryeelkaaga xilliga aad uurka leedahay iyo dhalashada ilmahaaga ka dib

immunisation

habka ugu badbaado badan ee lagu ilaaliyo caafimaadka ilmahaaga

Maxaa ku jira buugyarahan?

4 Natiijada baaritaankaaga iyo waxa ay ka dhigan tahay

5 Waa maxay cagaarshowga B?

5 Sidee buu iigu dhacay cagaarshowga B?

6 Qorsheynta daryeelkaaga

7 Ka warqabka daaweyntaada iyo daryeelkaaga

8 Daryeelka ilmahaaga

9 Jadwalka tallaalka ilmahaaga

10 Marka aad guriga aadid

11 Yaa u baahan in uu ogaado?

Natiijada baaritaankaaga iyo waxa ay ka dhigan tahay

Waxaa dhowaan lagaa qaadey baaritaan dhiig Hal natiijo ayaa sheegtey in aad qabtid caabuq lagu magacaabo cagaarshowga B

Waraaqahani waxaa ay sharaxi doonaan waxa cagaarshowga B yahay iyo micnaha ay adiga, ilmahaaga iyo qoyskaaga u leedahay.

Waraaqanahi waxaa ku jira macluumaad ku saabsan daryeelka aad uga baahan doonto xilliga aad uurka leedahay si aad caafimaad ugu lahaatid iyo daryeelka ay u baahan yihiin ilmahaaga iyo xubnaha kale ee qoyskaaga.

Inta aad uurka leedahay waxaa ku daryeeli doona koox takhasus u leh oo kuu sharaxi doonta macluumaadka dhan oo ku qoran waraaqahan, oo ay ku jiraan faahfaahinta daryeelka laga heli karo meesha aad ku nooshahay iyo jawaabo ku saabsan wixii su'aalo ah ee adiga ama lammaanahaagu aad qabi kartaan.

Kooxda waxaa ka mid noqon kara umulisada baarista, kalkaaliye caafimaad oo takhasus leh, takhtar ku takhasusay daryeelka beerka, takhtarka dhalmada, farmasiilaha iyo GP-gaaga, kalkaaliyaha caafimaadka iyo booqdaha caafimaadka.

Waa maxay cagaarshowga B?

Cagaarshowga B waa caabuq ay keento fayras. Fayrasku waa nooc ka mid ah jeermiska oo keeni kara caabuq iyo jiro.

Fayrasku wuxuu caafimaadkaaga u keeni karaa dhibaatooyin badan oo ay ku jirto jirada (bararka) beerka waxayna arintaa keeni kartaa dhibaatooyin aad u daran oo beerka ah, oo ay ku jirto nabarro (cirrhosis) iyo kansar. Beerku waa xubinta ugu weyn jirka waana xubin aad muhiim u ah. Waxaa ay fulisaa hawllo aad u badan oo ay ku jiraan:

- nadiifinta dhiigaaga
- soo saarista dhacaan si ay u caawiso dheefshiidka cuntada aad cunaysid
- keydinta sokorta laga helo cunnadaada si ay tamar kuu siiso

Sidee buu iigu dhacay cagaarshowga B?

Caabuqa cagaarshowga B waxaa uu ku badan yahay meello ka mid ah dunida. Caabuq waa jiro aad ka qaadi kartid qof kale. Waxaa sidoo kale lagu faafin karaa dadka kale.

Fayraska cagaarshowga B waxaa laga helaa dhiigga amaba dhacaanada jirka qof caabuqa qaba. Dhacaanada jirka waa waxyaabaha ay ka midka yihiin dhiigga, shahwada, candhuufada amaba dheecaanada xubinta taranka dumarka. Laguma faafiyo is-dhunkashada, gacmo is-qabsiga, hab isa-siinta, qufaca, hindisada, amaba isla-wadaaga maacuunka.

Waxaa lagu faafin karaa arimahan soo socda:

- hooyada oo u gudbisa ilmaha waqtiga ay uurka leedahay ama dhalmada.
- waqtiga galmada iyadoo aan la xirneyn bacda (condom-ka)
- isla-wadaaga irbado amaba qalab loo isticmaalo maandooriyaha (daroogada) oo caabuqa sida
- iyadoo maraysa aaladaha aan la nadiifin (unsterilised) oo loo adeegsado sameynta tatuuga jirka lagu sawiro, daloolinta jirka, ama daaweynta caafimaadka ama ilkaha
- qadar yar oo dhiig ah oo laga helo buraashka ilkaha ama makiinadaha lagu xiirto
- qoysaska dhexdooda (Ilmo u gudbiya ilmo) wadamada uu cudurku ku badan yahay

Qorsheynta daryeelkaaga

Aad ayey muhiim u tahay in aad naftaada daryeesho oo aad timaado ballamaahaga oo dhan.

Kooxda takhasuska leh ayaa kaala shaqeyn doonta qorsheynta daryeelkaaga inta aad uurka leedahay iyo marka aad dhaleysidba.

Waxaa ay ku siin doonaan macluumaad ku saabsan:

- sida ilmahaaga loogu ilaaliyo tallaal (duritaan) laga bilaabo dhalashada illaa iyo inta 12 bilood jirsanayo
- baaritaanka lammaanahaaga, carruurta kale ama xubin kale oo qoyska ka tirsan

Waxaad u baahan doontaa inaad yeelato baaritaanno dhiig oo dheeraad ah si aad u ogaato inta jeermiska cagaarshowga B ku jira dhiiggaaga. Waxay arimahani noo sheegayaan haddii aad qabtid **caabuq faafin hooseysa** ama **caabuq faafin sareysa.**

Waxaan markaa qorsheyn karnaa daaweynta ugu fiican iyo daryeelka adiga iyo ilmahaaga annagoo ku saleyneyna natiijooyinkan. Haddii heerka fayrasku sarreeyo kooxdaada takhasuska leh ayaa ku weydiisan kara inaad kiniiniyo qaadatid si heerarka fayraska loo yareeyo. Waxa kale oo suurtagal ah in laguu sameeyo sawirid (scan) si loo baaro caafimaadka beerkaaga.

Waxaan ku arki doonnaa ku dhowaad dhamaadka xilliga aad uurka leedahay si aan uga wada hadalno waxa dhici doona marka ilmahaagu dhasho iyo in aan ka jawaabno su'aallo kasta oo aad qabi kartid. Cagaarshowga B saameyn kuma yeesho sida loo dhalinayo ilmahaaga. Keligeed ma aha sabab ku fillan in qalliin lagaaga dhaliyo.

Ilmahaaga si badbaado leh ayaad naaska u siin kartaa. Aad ayey muhiim u tahay in aad tagtid dhammaan ballamahaaga ka dib marka ilmaha uu dhasho si adiga iyo ilmahaagaba u sii caafimaad qabtaan. Kooxda waxaa ay u joogtaa in ay ka jawaabto su'aalo kasta oo adiga amaba qoyskaaga ay qabaan.

Ka warqabka daaweyntaada iyo daryeelkaagaba

Hay'adda Caafimaadka Dadweynaha (Public Health England PHE) waxay leedahay waajibaad sharciyeed si ay u fuliso la socoshada cudurada faafa ee ah cudurada la arki karo, sida cagaarshowga B. Taas macnaheedu waa in laga ilaaliyo fayraska iyo cudurka si loo arko haddii ay isbeddelaan hubiyaanna in tallaalka aan u isticmaalno uu sii wado shaqada.

Waa muhiim in la ogaado in fayraska u gudbey ilmahaaga, marka uu u gudbey iyo sida uu ugu gudbeyba. Si tan loo sameeyo waxaan kaa codsan doonaa ogolaanshahaaga in lagaa qaado saami dhiig ah adiga iyo ilmahaaga si loogu diro baaritaan takhasus leh:

Dhammaan dumarka iyo ilmaha

- saami yar oo dhiigaaga ah bilowga xilliga aad uurka leedahay
- saami yar oo dhiiga ilmahaaga marka ay 12 bilood jirsadaan
- haddii aad qabtid caabuq faafin sareeya waxaan kaloo u baahaneynaa:
  - saami yar oo dhiigaaga ah marka uu ilmahaaga dhasho
  - 3 dhibcood oo dhiig ah oo laga qaadey ciribta ilmaahaga marka ay dhashaan*

Ka dibna waxaa lala barbardhigi karaa baaritaanka la sameeyo marka ilmuhu hal sanno jiro tani waxay ka caawin doontaa saynisyahannada inay fahmaan sida virusku u dhaqmayo.

***Ogeysiis**

Saamiga dhiiga ilmahaaga oo laga qaadey marka uu dhashey ayaa ka duwan 'duritaanka ciribta' oo laga qaaday markii ilmahaagu 5 maalmood jirey sidoo kalena waa muhiim in ilmahaaga laga qaado baaritaankaas.

Daryeelka ilmahaaga

Caabuqa cagaarshowga B ayaa laga hortagi karaa haddii aad hubiso in ilmahaagu waqtiga ku habboon ku helo tallaalkooda.

Tallaaladu waxaa ay si weyn u dhimayaan fursadda uu ilmahaaga ku qaadi karo caabuqa.

Ilmaha ay dhalaan hooyooyinka qaba cagaarshowga B waxaa ay u baahan yihiin ilaalin dheeraad ah. Cirbado dheeri ah ayaa la siiyaa isla marka ilmahaagu dhasho iyo markay 4 toddobaad iyo 12 bilood jiraan.

Haddii aad yeelatay heerar sare oo fayras ah inta aad uurka leedahay ilmahaaga sidoo kale wuxuu u baahan doonaa durriin dheeraad ah oo loo yaqaan hepatitis B immunoglobulin (HBIG) isla marka ay dhashaan.

Markuu ilmahaagu jiro 8 toddobaad waxay bilaabi doonaan tallaalada joogtada ah ee carruurta oo dhan loo yabooho. Kuwan waxaa ku jira tallaaka cagaarshowga B.

OGEYSIIS MUHIIM AH:

Laba iyo toban bilood ka dib, markii uu ilmahaagu qaatay dhammaan talaaladooda, waxaa loo baahan yahay baaris dhiig si loo eego in ilmahaagu qabo ama uusan qabin caabuqa cagaarshowga B.

Jadwalka tallaalka ilmahaaga

Ilmahaaga wuxuu u baahan doonaa isugeyn 6 tallaal si looga ilaaliyo cagaarshowga B. Aad ayey muhiim u tahay in ilmahaagu helo dhamaantood.

TALLAALKA 1 – Cagaarshowga B oo hal ah Ka hor inta uusan ilmuhu hal maallin ku gaarin isbitaalka. Ilamaha qaarkood waxaa ay u baahan yihiin durriin labaad oo ah immunoglobulin (HBIG) si ay sidoo kale u siiso illaalin dheeraad ah.	**1 maallin**
TALLAALKA 2 – Cagaarshowga B oo hal ah 4 todobaad markuu jiro - hubi in aad ilmaha ka diiwaan gelisey GP-ga	**4 todobaad**
TALLAALKA 3 8 todobaad markuu jiro waxaa la siinayaa tallaalada joogtada ah oo ay ku jirto cagaarshowa B.	**8 todobaad**
TALLAALKA 4 12 todobaad markuu jiro waxaa la siinayaa tallaalada joogtada ah oo ay ku jirto cagaarshowa B.	**12 todobaad**
TALLAALKA 5 16 todobaad markuu jiro waxaa la siinayaa tallaalada joogtada ah oo ay ku jirto cagaarshowa B.	**16 todobaad**
TALLAALKA 6 – Cagaarshowga B oo hal ah 12 bilood marka uu jiro ilmahaaga waxaa kaloo uu u baahan yahay in laga qaado baaritaan dhiig si loo ogaado in uu qabo cagaarshowga B. Arintani aad ayey muhiim u tahay.	**12 bilood**

Marka aad guriga aadid

Diiwaan geli ilmahaaga marka uu dhasho

Dhammaan inta ku dhalata England, Wales iyo Northern Ireland waa in lagu diiwaan galiyaa 42 maalmood gudahood marka ilmuhu dhasho. Haddii aad xaas tahay ninkaaga ayaa keligii sameyn kara. Waxaa lagu siinayaa shahaadada dhalashada.

Ilmahaaga ka diiwaan geli GP-gaaga

Adiga iyo ilmahaagaba waxaad u baahan tihiin in laga diiwaan geliyo GP-ga si loo hubiyo in aad heshaan dhammaan daryeelka aad u baahan tihiin.

Diiwaan geli ilmahaaga sida ugu dhakhsaha badan marka ay dhashaan si aad u sameysan kartid ballanta tallaalka marka ilmuhu jiro 4 todobaad. Arintani sameynteeda waa sii sahlanaaneysaa haddii aad haysatid shahaadada dhalashada. U sheeg umulisadaada amaba booqdahaaga caafimaadka haddii ay arimahani wax dhibaato ah kaa haystaan.

Daryeelka mustaqbalka

Waa muhiim inaad ilaalisid ballamahaaga adiga iyo ilmahaaga oo ay ku jiraan dhammaan kuwa isbitaalada oo aad la leedahay kooxda takhasuska.

Adiga iyo ilmahaaga waxaad u baahan tihiin in aad GP-ga tagtaan marka ilmuhu jiro lix todobaad si loo baaro in wax walba wanaagsan yihiin dhalashada ka dib.

Yaa u baahan in uu wax ka ogaado adiga iyo ilmahaaga?

Waxaan u baahanahay in aan qof walba oo ku lug leh daryeelka adiga iyo ilmahaaga aan u sheegno in aad qabtid cagaarshowga B si aan:

- u qorsheyno una fulino daryeelkaaga si badbaado leh
- u sameyno dhammaan ballamada aad uga baahan tahay kooxaha takhasuska leh
- u sameyno dhammaan ballamada daryeelka iyo tallaalada mustaqbalka ee ilmahaaga.

Waxaan u baahanahay ogolaanshahaaga si aan xirfadlayaasha kale ugu sheegno in aad qabtid cagaarshowga B. Kuwaas waxaa ku jira:

- GP-ga
- booqdahaaga caafimaadka
- Adeegga Macluumaadka Caafimaadka Ilmaha ee diiwaangeliya dhammaan tallaallada ilmahaaga iyo natiijooyinka ka soo baxa baaritaanadda ilmaha hadda dhashay

PHE waxay uruurisaa macluumaad si ay u hubiso in barnaamijyada baarista iyo tallaalku ay badbaado iyo waxtar leeyihiin.

Ka ogow sida Hay'adda Caafimaadka Guud ee Ingiriiska iyo NHS u isticmaalaan oo ay u ilaaliyaan macluumaadkaaga baaritaanka (https://www.gov.uk/phe/screening-data).

Macluumaad dheeraad ah

NHS
www.nhs.uk/conditions/hepatitis

Diiwaan gelinta dhalashada ilmahaaga
www.gov.uk/register-birth

Ka diiwaan-gelinta ilmahaaga ee GP-ga
www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice/

Diiwaanka caafimaadka shakhsiyeed ee ilmahaaga (‘buugga cas - red book’)
www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/baby-reviews/#the-personal-child-health-record-red-book

NHS

© Crown copyright

Maarso 2020

Haddii aad u baahan tahay in aad dalbato nuqullo dheeraad ah oo bilaash ah amaba aad soo dejisato kuwo luqaddo kale lagu turjumey oo waraaqahan ah, fadllan soo booqo: www.healthpublications.gov.uk/Home.html
Nambar badeecad: 2019256HB
1p 5K MAR (APS)

---

www.nhs.uk/vaccinations