Bayerisches Landesamt für
Gesundheit und Lebensmittelsicherheit

# پەخشنامەیەک
# لە بارەی نەخۆشی هەوکردنی جگەر (B) بۆ پەنابەران (ی ژن یاخۆد ی پیاوو)

لە چوارچیوەی پشکنینە تەندروستییەکاندا، یەکێک لەو پشکنینانەی بۆتان بە ئەنجام گەیێندراوە، بریتی بووە لە پشکنینی هەوکردنی جگەر (Hepatitis B). کە تێیاندا هەندێک لە بەهاکانی خوێن وا دەردەخەن، کە لەوانەیە تووشبوون بە هەوکردنی جگەر لە ئارادابێت. بەرەنجامەکە دەخرێتە بەر دەم دەزگەی تەندروستی بەرپرس. بەرەنجامەکە بە پێی (یاسای پەنابەران 62 §) بە بەڕێوەبەرایەتی نیشتەجێکردن و بەڕیوەبەرایەتی فیدرالی بۆ پەنابەران ڕادەگەیەندرێت.

بۆ ئەوەی بەرەنجامەکە پشتراست بکرێتەوە، هەندێک پشکنینی تری وردی وەک پشکنینی ژوورشەپۆلی دەنگ بۆ جگەر و هەندێک پشکنینی تری خوێن پێویستن. تەنها بەم ڕێگەیە دەتوانرێت بزانرێت کە ئایا چارەسەری کردن پێویستە یان نا، یان چ چارەسەرێک پێویستە. بۆیە تکایە زوو سەردانی پزیشک بکەن لە بنکەی وەرگرتندا. دەشتوانن خۆتان پزیشکێکی خاوەن نۆرینگە هەڵبژێرن و بچن بۆ لای. نامەی چارەسەریکردن کە بۆ ئەمە پێویستە، دەتوانن لە بەڕیوەبەرایەتی هەریم (بەڕێوەبەرایەتی سۆسیال) یان لە بەشی سۆسیالی شارەکەتان وەربگرن.

**نەخۆشی هەوکردنی جگەر (B)**

نەخۆشی هەوکردنی جگەر **(Hepatitis B)** بریتییە لە نەخۆشییەکی درمی جگەر کە بە هۆی ڤایرۆسەوە جگەر تووشی هەوکردن دەبێت. شێوازی تووشبوونەکەشی دەکرێت تەواو جیاواز بێت. دیاردە ناکەرەکتەرەکانیی بریتیین لە ژانی سەرەوەی سک، بێ ئیشتیبایی، دڵتێکچوون، ڕشانەوە، ماندوویی یان زەرتک (چاوزەردبوون، پێست زەردبوون)، زەردبوونی پێستە لینجەکان. بەڵام دەشکرێت هیچ دیاردە و ئازارێک دەرنەکەویت. بە ڕێژەی ١٠% نەخۆشی (هەوکردنی جگەر **B**) بە تەواویی چارەسەری ناکرێت، دەبێتە هۆی هەوکردنی بەردەوامی جگەر. کە بەهۆیەوە جەرگ بەرەو تێکچوون دەچێت. کە دەکرێت بەرەو چورچبوونی بریناوی جەرگ**(cirrhosis)** و لە هەندێک باریشدا بەرەو شێرپەنجەی جگەر **(hepatocellular carcinoma)** پەرەبسێنێت.

**ڕێگاکانی گواستنەوەی**

گواستنەوەی ڤایرۆسی هەوکردنی جگەر لە مرۆڤێکەوە بۆ مرۆڤێکی تر زۆربەی بە ڕێگەی خوێن یان بە ڕێگەی پەیوەندی سێکسیی ڕوودەدات. هەروەها بە کەمیی بە ڕێگەی شلەکانی تری جەستەش ڕوودەدات.

*پەیوەندی سێکسیی:* زۆربەی جاران بە ڕێگەی پەیوەندی سێکسی نەخۆشی هەوکردنی جگەر **B** دەگواسترێتەوە. مەترسی گواستنەوەی بەم ڕێگەیە دەکرێت بە بەکارهێنانی کۆندۆم تا ڕادەیەکی زۆر کەم بکرێتەوە.

*بەرکەوتن بە خوێنێک کە هەڵگری ڤایرۆسی هەوکردنی جگەرە* **B** *بێت:* بۆ نموونە لە کاتی بەرکەوتن بە زامارببوونێکی خوێناوی، بەکارهێنانی هەمان دەرزی (بۆ نموونە لە کاتی خراپبەکارهێنانی ماددە هۆشبەرەکان)، هەمان نینۆکبڕ، هەمان موسی تراش، یان هەمان ئامێرەکانی تراش یان فڵچەی ددان

*تووشبوون لە کاتی لەدایکبوون:* دایکێکی نەخۆش بە هەوکردنی جگەر **B** زۆربەی جاران بەهۆی بەرکەوتنی خوێنیی، منداڵەکەشی تووشی ئەو نەخۆشییە دەکات.

*تاتو، دەرزی ژەنین (ئەکوپونکتەر) ولەکاتی کونکردنی گوێ:* بەم ڕێگایەنەش دەکرێت نەخۆشی هەوکردنی جگەر **B** بگوازرێتەوە، ئەگەر بە شێوەیەکی دروست و تەندروست پیادەنەکرێن.

**تواناکانی چارەسەریکردن**

تا چ ڕادەیەک پێویسیت چارەسەریتان بۆ بکرێت، بەستراوەتەوە بە بەرەنجامەکانی پشکنینە وردەکانی دواتر کە بۆتان دەکرێت، ئەمەش لە لایەن پزیشکەکەتان ی ژن یاخۆد ی پیاوو بۆتان ڕۆشندەکرێتەوە.

**ڕێساکانی ڕەفتارکردن بۆ پاراستنی مرۆڤەکانی تر لە تووشکردن**

- لە پەیوەندییە ئاساییە کۆمەڵایەتییەکانی (وەک دۆقەکردن و قسەکردن)، هیچ مەترسییێکی تووشبوون لە ئارادا نیە.
- کەسەکانی تر، کە لە کاتی بەرکەوتنییان بە خوێنی ئێوە، یان بە شلەیەکی تری جەستەی ئێوە (بۆ نموونە لە کاتی فریاکەوتنی سەرەتایی، بە تایبەت لە کاتی چارەسەرکردنی برین). دەبێت دەستەوانەی یەکبار بەکارهاتوو لە دەستی خۆیان بکەن.
- هاوسەرەکەت ئاگادار بکەوە لە کاتی تووشبوونتان بە ڤایرۆسی هەوکردنی جگەر **B**.
- لە کاتی پەیوەندی سێکسیی کۆندۆم بەکاربهێنە.
- ئەندامانی خێزانەکەتان و ماڵەکەتان گەرەکە هەموو خۆیان دژی نەخۆشی هەوکردنی جگەر **B** بکوتن.
- کاتێ توشبوونتان بە نەخۆشی هەوکردنی جگەر **B** ، بۆتان نیە خوێن ببەخشن.
- ژنانی دووگیانی تووشبوو بە هەوکردنی جگەر **B**، دەتوانن بە کوتینی منداڵەکانییان ڕاستەوخۆ دوای لەدایکبوونییان، لە تووشبوون بە نەخۆشییەکە بیانپارێزن (مەترسی تووشبوون بە نەخۆشییەکە زۆر کەمدەکەت).
- پزیشکەکەت (ی ژن یاخۆد ی پیاوو)، هەروەها پزیشکی ددانت (ی ژن یاخۆد ی پیاوو) لە تووشبوونت بە نەخۆشی هەوکردنی جگەر **B** ئاگادار بکەوە.
- لە کاتی خراپتربوونی نەخۆشییەکەت تکایە پەیوندی بکە بە بنکەی تەندروستی شوێنەکەت و پێیان ڕابگەیەنە کە نەخۆشیی هەوکردنی جگەرییت **B**هەیە.

بنکەی تەندروستیی شوێنگەیی بە خۆشییەوە ئامۆژگاریتان دەکات.

**دەتوانن بڵاوکراوە پشتخانەکان و پەخشنامەکانی زانیاریی لە ئینتەرنێت لەم ماڵپەرانە تەماشاکەن:**

- Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (بەڕێوەبەرایەتی تەندروستیی و دڵنیایی ماددە خۆراکیەکانی هەرێمی بایەر (**LGL**) لە ماڵپەڕی) لە www.lgl.bayern.de، http://www.lgl.bayern.de/gesundheit/infektionsschutz/asylbewerber_gesundheit/index.htm (تەنها بە زمانی ئەلمانی ئامادەکراوە).
- ئینستیتیوتی ڕۆبەرت-کۆخ لە ماڵپەڕی Robert Koch-Institut unter www.rki.de لە www.rki.de http://www.rki.de/asylsuchende (تەنها بە زمانی ئەلمانی ئامادەکراوە).
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ناوەندی فیدراڵیی بۆ ڕۆشنکردنەوەی پرسە تەندروستییەکان لە ماڵپەڕی http://www.bzga.de لە http://www.infodienst.bzga.de/?id=Seite3233 http://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/ (بە زمانەکانی ئەلمانی، ئینگلیزی، عەرەبی، تورکی، فەرەنسی و ڕووسیش ئامادەکراوە).
  Centers for Disease Control and Prevention (CDC) ناوەندی کۆنترۆڵەو ڕێگەگرتن لە نەخۆشییەکان (**CDC**) لە ژێر ماڵپەڕی http://www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac/hepb/default.htm (تەنها بە زمانەکانی ئینگلیزی و ئیسپانی ئامادەکراوە).
- World Health Organization (WHO) ڕێکخراوی تەندروستیی جیهانیی (WHO) لە ژێر ماڵپەڕی http://www.euro.who.int/en/health-topics/communicable-diseases/hepatitis (تەنها بە زمانی ئینگلیزی ئامادەکراوە).