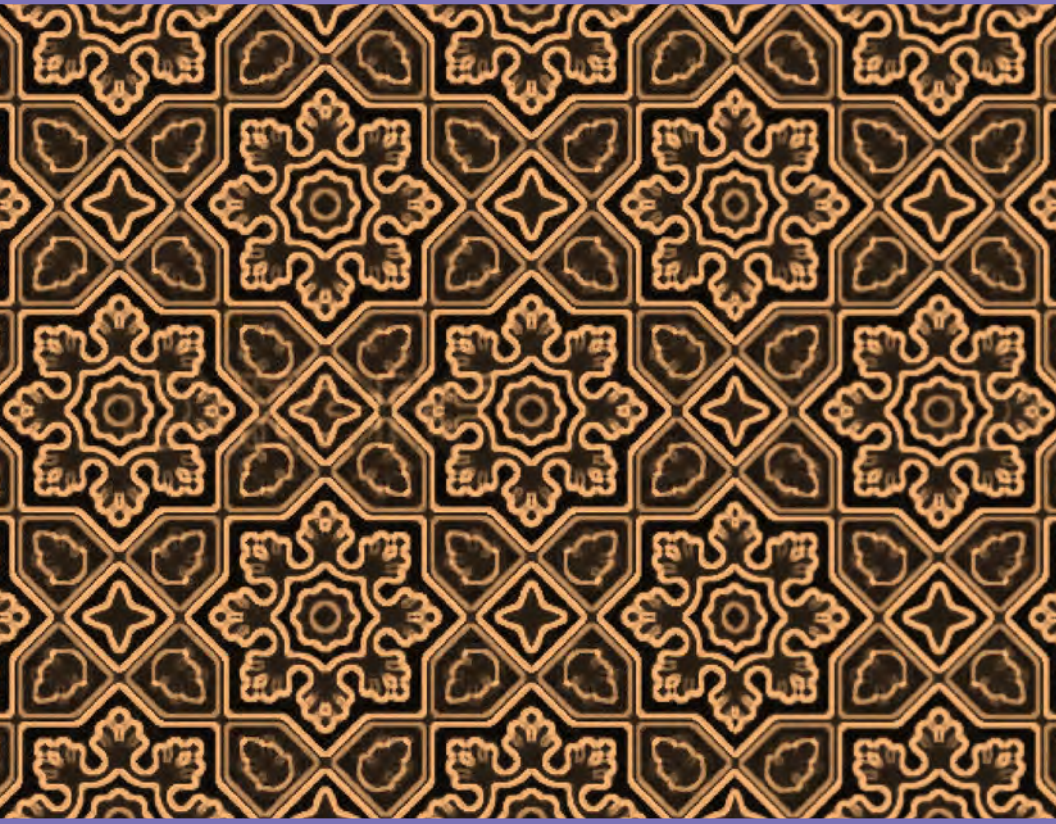


ہیپاٹائٹس سی کے متعلق اکثر پوچھے جانے والے سوالات

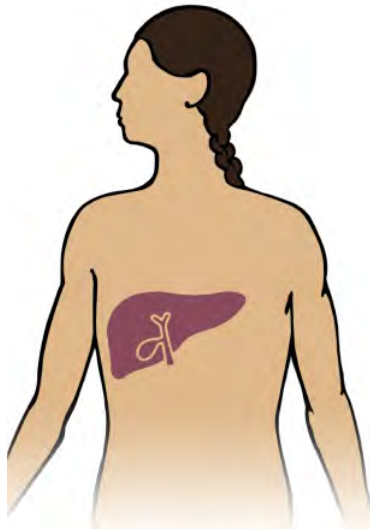
Frequently Asked Questions about Hepatitis C
URDU



Hepatitis Education
Canada

ہیپا ٹائٹس سی کیا ہوتا ہے ؟

ہیپا ٹائٹس سی ایک ایسا وائرس (جراثیم) ہے جو جگر کو نقصان پہنچا سکتا ہے۔ یہ جراثیم جنوبی ایشیا - بھارت، پاکستان اور بنگلہ دیش میں عام پایا جاتا ہے۔



What is hepatitis C?

Hepatitis C is a virus that can cause damage to the liver.

The virus is common in South Asia – India, Pakistan and Bangladesh

ہیپا ٹائٹس سی کیسے پھیلتا ہے؟

ہیپا ٹائٹس سی وائرس تب پھیلتا ہے جب ہیپا ٹائٹس سی سے متاثرہ فرد کا خون کسی دوسرے فرد کے خون میں شامل ہو جائے۔ زیادہ تر جنوبی ایشیائی ملکوں میں یہ مندرجہ ذیل چیزوں کے غیر محفوظ اور ایک سے زیادہ مرتبہ استعمال کی وجہ سے ہوتا ہے:

• علاج معالجہ کا سامان، جیسے کہ سوئیائیں، سرنجیں اور چھریاں

• ذاتی دیکھ بھال کا سامان جیسے شیونگ بلیڈ

• سنّت کے اوزار



How is hepatitis C spread?

The hepatitis C virus is spread when there is blood-to-blood contact with a person who has hepatitis C.

In South Asian countries, this happens most often through the unsafe reuse of:

- treatment equipment, for example, needles, syringes and scalpels
- personal care service items like shaving blades
- circumcision tools

کینیڈا میں ہیپا ٹائٹس سی کے پھیلنے کی سب سے عام وجوہات یہ ہیں:



- ٹیکے لگانے کے سامان کا مشترکہ استعمال جیسے کہ سوئیاں اور سرنجوں کا مشترکہ استعمال
- نشہ سونگھنے کے لئے استعمال کئے جانے والے سامان کا مشترکہ استعمال



In Canada, hepatitis C is most often spread by:

- sharing injection equipment such as needles and syringes
- sharing drug snorting equipment

کبھی کبھار ، ہیپا ٹائٹس سی ان وجوہات سے بھی پھیل سکتا ہے۔

- جسم کا کوئی حصہ چھیدنے یا
جسم پر ٹیٹو بنوانے سے
- غیر محفوظ جسمانی تعلقات سے
(جہاں خون شامل ہو):



- مرد اور عورت کے درمیان
- مرد اور مرد کے درمیان
- جنسی حملے کے دوران

(جہاں ایچ آئی وی اور ایڈز جیسی جنسی بیماریاں ہوں ، وہاں خطرہ اور
بھی زیادہ ہوتا ہے)

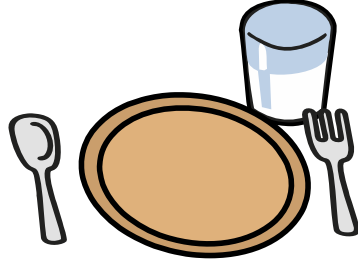
- اتفاق سے استعمال شدہ سوئی کے چبھ جانے
(جیسے کے کسی دوسرے فرد کے گولکوز میٹر
سے اپنے خون کی شوگر ٹسٹ کرنے سے)
- نوزائیدہ بچے کو ماں کے ذریعہ لگ جانا

Sometimes, hepatitis C can be passed by:

- piercing or tattooing
- unprotected sex (when there is blood): between men and women;
between men and men; during sexual assault
(The risk is higher where there are other sexually transmitted diseases like HIV)
- Accidentally being poked with a used needle (e.g., borrowing another person's
diabetes glucose meter to test your blood sugar)
- A mother passing it to her newborn infant

ہیپا ٹائٹس سی ان چیزوں کے ذریعہ نہیں پھیلتا:

- پانی
- کھانا



یا روز مرہ کی سرگرمیوں سے جیسے:

- گلے لگانا
- چومنا
- برتن یا کپڑے مشترکہ طور پر
- کھانسی



Hepatitis C is **not** passed through:

- water • food

Or through day-to-day activities like:

- hugging • kissing • sharing dishes or clothes • coughing

کیا ہیپاٹائٹس سی کی علامات ہوتی ہیں؟



پہلے پہل ، زیادہ تر افراد میں کوئی بھی
علامات نہیں ہوتیں یا بہت کم ہوتی ہیں، مگر----

Are there symptoms from hepatitis C?

At first, most people will have no or few symptoms, but...

...وقت گزرنے پر کچھ لوگوں میں مندرجہ

ذیل علامات پیدا ہوجاتی ہیں جیسے جیسے



- تھکاوٹ
- پٹھوں میں درد
- جوڑوں میں درد
- سر درد
- جلدکی خارش
- پیٹ درد
- ذہنی دباؤ
- بے چینی
- "برین فاگ" دماغ کا سُنّ ہونا
(توجہ دینے اور / یا یاد رکھنے میں دقت ہونا)

...over time some develop symptoms such as

- feeling tired
- muscle pain
- joint pain
- headaches
- itchy skin
- abdominal pain
- depression
- anxiety
- "brain fog" (having a hard time focusing and/or remembering)

کیا ہیپا ٹائٹس سی سزا ئے موت ہے؟

نہیں۔ بیشتر افراد جنہیں ہیپا ٹائٹس سی ہوجاتا ہے ، وہ اس کی وجہ سے نہیں مرتے۔ مگر، لمبے عرصہ کے بعد کئی لوگوں میں مندرجہ ذیل مسائل پیدا ہوجاتے ہیں:

● سر ہوسس

(جگر سکڑ کر سخت ہوجاتا ہے اور صحیح طریقے سے کام نہیں کرتا)

● جگر کا کینسر

● یا جگر (ٹرانسپلانٹ) منتقل کرنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔



(جگر کے نقصان کے مراحل)

کے تعاون سے حاصل کی گئی ہے۔ یہ تصویر کیٹی

Is hepatitis C a death sentence?

No. Most people who get hepatitis C do not die from it. But, over a long period of time, some will develop:

- cirrhosis (the liver shrinks and hardens and doesn't work properly)
- liver cancer
- or may need a liver transplant

Liver Illustration by Andrea Zariwny. Courtesy of CATIE

کسی فرد کے خون میں کتنا وائرس
ہے ، صحت کا عملہ یہ جانچ پڑتال
کب کرتا ہے؟



صحت کا عملہ خون کا یہ ٹیسٹ تبھی کریں گے
جب انہیں مندرجہ ذیل کی ضرورت ہوگی:

- ہیپاٹائٹس سی انفیکشن کی تشخیص کی
- یہ جاننے کے لئے کہ علاج کا اثر ہو رہا
ہے یا نہیں

When do providers check how much virus is in a person's blood?

Health care providers will do this blood test when they need to:

- diagnose a hepatitis C infection
- check if treatment is working

اگر کوئی ہیپا ٹائٹس سی سے متاثرہ
شخص اچھا بہلا محسوس کر رہا
ہو تو کیا اسے صحت کے عملے
سے ملنے کی ضرورت ہے؟

ہاں ہر 6 سے 12 مہینے!
اگر ایک فرد صحت مند محسوس کر رہا ہو اور
کوئی علامات بھی نہ ہوں، تب بھی ہیپ سی اس
کے جگر کو نقصان پہنچا رہا ہو سکتا ہے۔

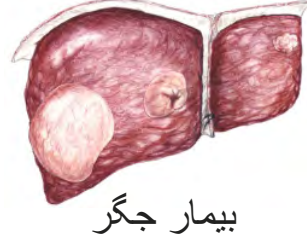


Do people with hep C need to see a provider even if they feel fine?

Yes, every 6 to 12 months!

Even if a person feels well and has no symptoms, hep C can still be damaging their liver.

کیا جگر کے نقصان کو جانچنے کے ٹیسٹ ہوتے ہیں؟



ہاں۔ جگر کا نقصان جانچنے کے لئے کئے جانے والے ٹیسٹوں میں مندرجہ ذیل ٹیسٹ شامل ہو سکتے ہیں۔

- جسمانی معائنہ
 - خون کے ٹیسٹ
 - ایک فائبروسکین (بیرونی اور بغیر درد کے) (Fibroscan®)
- مختلف ٹیسٹ مختلف اوقات میں استعمال کے جاتے ہیں۔۔

Are there tests for liver damage?

Yes. Tests for liver damage can include:

- a physical exam
- blood tests
- a Fibroscan® (external and painless)

Different tests are used at different times.

کیا ہیپا ٹائٹس سی سے نجات ممکن ہے؟



ہاں! 90 فیصد سے زائد لوگ جو گولیوں پر
مشمول نیا علاج مکمل کرتے ہیں بلکل صحت
مند ہوجاتے ہیں۔

Can hepatitis C? be cured

Yes. New tablet medications can cure more than 90% of those who complete treatment.

کیا شراب یا غیر قانونی نشہ کرنے والے افراد بھی علاج کروا سکتے ہیں؟



ہاں! لیکن انہیں ایسے صحت کے عملہ سے رجوع کرنا چاہیے جو نشہ کے عادی افراد کے ساتھ کام کا تجربہ رکھتا ہو۔ یہ عملہ اُس فرد سے گفتگو کر کے یہ منصوبہ بندی کریں گے کہ وہ بیپا ٹائٹس سی کے کے علاج کو کیسے اپنی زندگی کا حصہ بنا سکتے ہیں۔

Can people who are using alcohol or illicit drugs get treatment?

Yes! But they should ask to be referred to a provider who has experience working with people who have addictions.

These providers will work with the person to discuss and develop a plan to help them fit treatment for hep C into their life.

کیا وہ افراد بھی ہیپا ٹائٹس سی کا
علاج کروا سکتے ہیں جنہیں ہیپا
ٹائٹس سی کے ساتھ دیگر
بیماریاں بھی ہوں، مثلاً ہیپا ٹائٹس
بی یا شوگر؟



ہاں! یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے صحت کے
عملہ کے ساتھ اپنی صحت کے تمام مسئلوں
کے بارے میں گفتگو کریں۔

Can people with hepatitis C who also have other diseases, like hepatitis B or diabetes, get hepatitis C treatment?

Yes! It's important to discuss all your health issues with your health care provider.

ہیپا ٹائٹس سی کے اینٹی وائرل علاج کے کوئی برے اثرات بھی ہوتے ہیں؟



ہاں۔ نئے طریقہ علاج کے باعث مختلف نوعیت کی ہلکی پھلکی علامات ہو سکتی ہیں۔ ان میں فلو جیسی علامات، سونے میں دشواری، اور تھکاوٹ جیسی علامات شامل ہو سکتی ہیں۔ علاج کے باعث ہونے والے برے اثرات پر کیسے قابو پایا جاسکتا ہے اس بارے میں آپ اپنے صحت کے عملہ سے گفتگو کر سکتے ہیں۔

Are there side effects from hepatitis C antiviral treatment?

Yes. Symptoms vary and are mild with new treatments and may include: flu-like symptoms; difficulty sleeping, and tiredness

Talk with your health care provider about how to manage treatment side effects.



ہیپاٹائٹس سی اور اس کے علاج کا اثر مختلف لوگوں پر مختلف ہوتا ہے۔ لوگوں کو وقت بہ وقت اپنے صحت کے عملے، خاندان، دوستوں، اور ہم عصر وں کے سہارے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

Hepatitis C and its treatment affect people differently. People may need support from health care providers, family, friends, and peers from time to time.

مزید معلومات کے لئے www.hepatitiseducation.ca پر جائیے۔ یہ کتابچہ ہپیا ٹائٹس کینیڈا کی جانب سے تیار کیا گیا ہے۔ اس کتابچہ کو ہپیا ٹائٹس سی سے متاثر ہ افراد اور کینیڈا بھر میں ہپیا ٹائٹس سی کے لئے کام کرنے والوں کے بیش قیمت تعاون کے بغیر بنانا ممکن نہیں تھا۔ اس کتابچہ کی ترتیب و تشکیل میں مندرجہ ذیل تنظیمیں شامل ہیں: کینیڈین ایسوسی ایشن آف ہپیا ٹالوجی نرسز، کیٹی کا ہپیا ٹائٹس سی ایٹھ نو کلچرل ایجوکیشن، آؤٹ ریچ اور سوشل مارکیٹنگ پروگرام، انڈیا رینبو کمیونٹی سروسز آف پیل، پوزیٹیو ہیلتھ سروسز کلینک، پروگریسو انٹرکلچرل کمیونٹی سروسز سوسائٹی، اور پنجابی کمیونٹی ہیلتھ سروسز۔ یونیورسٹی آف برٹش کولمبیا اور بی سی سینٹر فار ڈیزیز کنٹرول۔ جبکہ اس کتابچہ کو تیار کرنے کے لئے سے مالی مدد پبلک ہیلتھ ایجنسی آف کینیڈا نے مہیا کی۔*

* ضروری نہیں کہ یہاں دیئے گئے خیالات پبلک ہیلتھ ایجنسی آف کینیڈا کے خیالات کی بھی نمائندگی کرتے ہوں۔

© ہپیا ٹائٹس ایجوکیشن کینیڈا 2016

کاپی رائٹ © ہپیا ٹائٹس ایجوکیشن کینیڈا 2016۔ اس کام کو تعلیمی، غیر تجارتی استعمال کے لئے دوبارہ چھپوایا اور تقسیم کیا جا سکتا ہے، بشرطیکہ سبھی کاپیوں میں مندرجہ ذیل بیان موجود ہو۔ "© 2016 ہپیا ٹائٹس ایجوکیشن کینیڈا۔ اس کام کو ہپیا ٹائٹس ایجوکیشن کینیڈا کی اجازت سے پیش کیا گیا۔" مزید تفصیلات کے لئے اس ویب سائٹ پر جائیں۔

hepatitiseducation.ca

For more information visit www.hepatitiseducation.ca.

This resource was created by Hepatitis Education Canada. It would not have been possible without the valuable contributions from individuals affected by hepatitis C and service providers across Canada including: the Canadian Association of Hepatology Nurses, CATIE's Hepatitis C Ethnocultural Education, Outreach and Social Marketing Program, India Rainbow Community Services of Peel, Positive Health Services Clinic, Progressive Intercultural Community Services Society, and Punjabi Community Health Services. Support was provided by the University of British Columbia and the BC Centre for Disease Control, with funding from the Public Health Agency of Canada.*

*The views expressed herein do not necessarily represent the views of the Public Health Agency of Canada.

©Hepatitis Education Canada 2016

Copyright © 2016 Hepatitis Education Canada. This work may be reproduced and redistributed for educational, non-commercial use, provided all copies contain the following statement: "© 2016 Hepatitis Education Canada. This work was reproduced with permission from Hepatitis Education Canada." For more details visit hepatitiseducation.ca



Hepatitis Education
Canada