# Hepatitis C: Ano ang kailangan ninyong malaman

Ang hepatitis C ay isang impeksiyóng sanhi ng hepatitis C virus, na taglay ng dugo. Ang virus na ito ay maaring maging dahilan ng sakit ng atay, patí cirrhosis at kanser.

Mayroong impeksiyón ng hepatitis C virus ang higit sa 110,000 mamamayán ng Ontario. Kadalasan ay lumilipas ang maraming taon bago nagpapakita ang mga síntomas, at waláng malay ang humigit-kumulang sa 35,000 ng mga ito na sila ay may impeksiyón.

## Paano kayo maaring malalinan

Kayo ay nasa panganib ng impeksiyóng hepatitis C kung kayo ay napapadiit sa dugô ng iba. Halimbawa:

- Ang paggamit ng mga gamít na karayom at hiringgilya ng iba (para sa paggamit ng mga steroid, gamot na may reseta, o mga bawal na gamot)
- Ang paggamit ng mga kasangkapan ng iba na ginagamit para sa bawal na gamot, gaya ng mga pang-luto (cookers), bulak, mga kuwako para sa paghithit ng kokayna at mga hookah (water pipe) (kahit minsan o madalî lang ninyong ginamit ito)
- Ang paggamit ng mga panghithit (straws), salapíng papél o kasangkapan ng iba na ginagamit para sa panghithit ng kokayna o ng mga ibang bawal na gamot
- Ang pagtanggap bago 1992 ng pagsasalin ng dugô o ng mga produktong dugô
- Mga kapinsalaan dahil sa turok ng karayom
- Ang pagtatu (tattooing), pagtusok (piercing) o acupuncture sa pamamagitan ng mga kasangkapang hindi isterilisado
- Ang pagtatu (tattooing), pagtusok (piercing) o acupuncture sa pamamagitan ng mga kasangkapang hindi isterilisado
- Ang karamihan sa mga nagsasapanganib na situwasyon na nakalista sa itaas ay may kaugnayan din sa mga kasong HIV (Basahin ang **Kapag mayroón din ng impeksiyóng HIV**)

Mas mababang panganib ng impeksiyón:

- Seksuwál na pagtatalik na mayroong pagdiít ng dugô o pagpapálitan ng dugô
- Maaring maipasa ng buntis na inang may hepatitis C virus ang impeksiyón sa kanyang sanggol na hindî pa napanganak
- Ang paggamit ng labaha, sipilyo, tiyanì, at mga kasangkapan para sa pagmamánikyur at pagpepédikyur (gaya ng panghinukó, o nail clippers) ng iba

## Paano ko pagtatanggulan ang aking sarili laban sa impeksiyón

- Huwag gamitin ang mga karayom ng iba o ang mga kasangkapan nila para sa paggamit ng bawal na gamot
- Huwag gamitin ang mga kasangkapang pansarili ng iba, gaya ng labaha, sipilyo, tiyanì, at mga kasangkapan para sa pagmamánikyur at pagpepédikyur
- Gumamit ng mga pananggol na guwantes kung malamang ay magkakaroon kayo ng pagdiít sa dugô ng iba
- Habang kayo ay nagkakaroon ng seksuwal na pagtatalik, iwasan ang pagdiít ng dugô sa dugô
- Kung kayo ay magpapatatu o magpapatusok ng katawan (body piercing), siguraduhin na:

(a) ang serbisyong pipiliin ninyo ay kontrolado o sumasailalim sa mga inspeksiyón
(b) ang karayom ay bagung-bago at tinatapon pagkatapos na ito ay ginamit na minsan lamang (kung kayo ay nagpapa-acupuncture, siguraduhin na isterilisado ang mga karayom)
(c) ang lahat ng ibang kasangkapan ay isterilisado

Tagalog Catalogue No. CIB-6150180 14M March/07 © Queen's Printer for Ontario

Ontario

## Paano makakasamâ sa inyo ang virus na hepatitis C

Higit sa 80% ng impeksiyong hepatitis C na hindi nagagamot ay nagíging talamák na hepatitis C, isang karamdamang lumulusob sa atay. Pagkatapos ng 10 hanggang 20 taon, ang talamak na hepatitis C ay maaring maging sanhi ng cirrhosis. Pagkatapos ng 20 hanggang 40 taon maari itong maging sanhi ng kanser ng atay.

## Karaniwang síntomas

Dahil unti-unti ang pag-unlad ng hepatitis C, ang karaniwan sa mga biktimá nito ay hindî dadanas ng anumang síntomas hanggang nakalipas ang maraming taon pagkatapos ng kanilang impeksiyón. Kung kayo ay magkaroon ng síntomas, maaring mapabilang dito ang:

- Jaundice (maninilaw ang inyong balat o mga mata)
- Pangangati sa iba't-ibang dako ng inyong katawan

*Magpatingin sa inyong health care provider kung sa inyong paniwala ay nasapanganib kayo sa virus na hepatitis C.*

## Paano natitiktikán ang hepatitis C

Kung sa inyong paniwala ay nasapanganib kayo ng hepatitis C, hingán ninyo ng pagsusuri ang inyong health care provider. Kung maipakita ng mga resulta na taglay ng inyong dugo ang virus na hepatitis C, maaring bigyan kayo ng inyong health care provider ng pangalawang pagsusuri upang matiyak ito. Kung kayo ay mayroong impeksiyón, kausapin ninyo ang inyong health care provider tungkol sa mga paggamot na maari ninyong pamilian.

## Kapag mayroón din ng impeksiyóng HIV

Ang human immunodeficiency virus (HIV) at ang hepatitis C virus (HCV) ay kapwa taglay ng dugo. Ang ilan sa mga situwasyong nagsasapanganib ay laganap sa mga kasong HIV at hepatitis C, halimbawa ang paggamit ng mga kasangkapan ng iba para sa paggamit ng bawal na gamot, gaya ng mga karayom, mga pang-luto, bulak, mga kuwako para sa paghithit ng kokayna at mga hookah (water pipes). Kung nag-áalala kayong maárì kayong nasapanganib sa pamamagitan ng paggamit ng kasangkapan ng iba para sa paggamit ng bawal na gamot, makipag-usap sa inyong health care provider tungkol sa mga pagsusuri para sa hepatitis C at HIV.

## Ang paggamot

Mayroong mga mabisang paggamot para sa hepatitis C. Pag-uusapan ng inyong health care provider ang paggamot ng maari ninyong matanggap at titiyakin niya kung ito ay angkop sa inyo. Ang paggamot ay tatagal ng 24 hanggang 48 na linggo.

## Paano mapanatili ang inyong kalusugan kung mayroon kayong hepatitis C

Siguraduhing saganà ang inyong pamamahinga at iwasan ang alkohól. Minamadalî ng kahit kaunting alkohól ang paglalâ ng hepatitis C at binabawasan nito ang bisa ng mga gamot na iniinom ninyo upang malabanan ang karamdamang ito. Kailangan din ninyong kausapin ang inyong health care provider tungkol sa mga bakuna laban sa hepatitis A at hepatitis B. *Walang bakuna laban sa hepatitis C.*

## Paano maiwasan ang pagpasa ng impeksiyón sa iba kung mayroon kayong hepatitis C

- Huwag magbigay ng dugô, mga órgano para sa mga paglipat (organs para sa mga transplants), o tabód para di-likás na paglilihí (artificial insemination)
- Huwag humiram ng labaha, sipilyo, tiyanì, o mga kasangkapan para sa pagmamánikyur at pagpepédikyur
- Kung kayo ay gumagamit ng mga gamot, o bawal na gamot, huwag humiram ng mga karayom o kasangkapan para sa paggamit ng mga ito
- Laging sabihin sa inyong mga health care provider na maaring magkaroon ng pagdiít sa inyong dugô na mayroon kayong hepatitis C
- Iwasan ang pagdiít ng dugô sa dugô habang kayo ay nagkakaroon ng seksuwal na pagtatalik.

## Gusto ba ninyo ng karagdagang impormasyón?

Para makatanggap ng karagdagang impormasyón:

- Tumawag sa 1-877-234-4343 (TTY 1-800-387-5559)
- Pumunta sa www.hepContario.ca
- Pumunta sa Ontario Ministry of Health at Long-Term Care website, www.health.gov.on.ca/hepc

Ontario