हैपेटाइटिस सी के बारे में अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

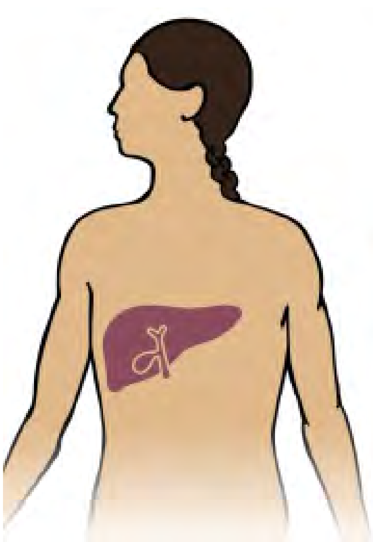
Frequently Asked Questions about Hepatitis C

Hepatitis Education Canada

हैपेटाइटिस सी क्या है?

हैपेटाइटिस सी एक ऐसा वायरस है जो जिगर को नुकसान पहुंचा सकता है।

यह वायरस दक्षिण एशिया - भारत, पाकिस्तान और बंगलादेश - में आम है।



What is hepatitis C?

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

हैपेटाइटिस सी कैसे फैलता है?

हैपेटाइटिस सी वायरस फैलता है जब:

ऐसे व्यक्ति के साथ खून से खून का संपर्क होता है जिसे हैपेटाइटिस सी है।

दक्षिण एशियाई देशों में, अक्सर इन चीजों के असुरक्षित पुनः प्रयोग के माध्यम से यह होता है:

- उपचार के उपकरण, उदाहरण के लिए, सुईयां, सिरिंजें और चिकित्सक की छुरियां (scalpels)
- निजी देखभाल के लिए इस्तेमाल की जाने वाली चीजें जैसे शेविंग ब्लेड
- खतना करने वाले उपकरण

How is hepatitis C spread?

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

कनाडा में, हैपेटाइटिस सी बहुधा ऐसे फैलती है :

- इंजेक्शन के उपकरण जैसे कि सुईयां और सिरिंजें सांझा करना

- ड्रग सूंघने वाले उपकरण सांझा करना

In Canada, hepatitis C is most often spread by:

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

कई बार, हैपेटाइटिस सी इन द्वारा एक व्यक्ति से दूसरे तक फैल सकती है:

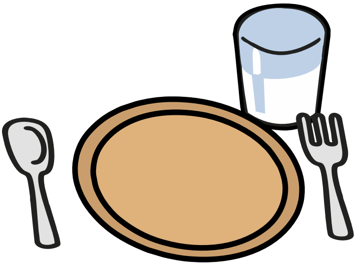
- भेदने (Piercing) या गोदने से
- असुरक्षित यौन संबंध (जहां खून है) :
  - पुरुषों और महिलाओं के बीच
  - पुरुषों और पुरुषों के बीच
  - यौन हमले के दौरान (जोखिम अधिक है जहां एचआईवी जैसे अन्य यौन संचारित रोग हैं)
- संयोगवश उपयोग की गई सुई से भोंके जाना (उदहारण के लिए अपने रक्त में शर्करा का परीक्षण करने के लिए एक अन्य व्यक्ति का मधुमेह ग्लूकोज मीटर उधार लेना)
- एक माँ का अपने नवजात शिशु को देना

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)
- Accidently 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

हैपेटाइटिस सी इन द्वारा एक व्यक्ति से दूसरे तक <u>नहीं</u> फैलती:

- पानी
- भोजन



या ऐसी दैनिक गतिविधियों के माध्यम से:

- आलिंगन से
- चुंबन से
- बर्तन या कपड़े सांझा करने से
- खाँसने से

Hepatitis C is <u>not</u> passed through:

- water
- food

Or through day-to-day activities like:

- hugging
- kissing
- sharing dishes
- coughing

क्या हैपेटाइटिस सी से लक्षण होते हैं?

शुरूआत में, ज्यादातर लोगों को कोई भी नहीं या कुछ लक्षण होंगे, लेकिन ...

Are there symptoms from hepatitis C?

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

समय के साथ कई लोग लक्षण विकसित कर लेते हैं जैसे कि

- थकान महसूस करना
- मांसपेशियों में दर्द
- जोड़ों का दर्द
- सिरदर्द
- त्वचा में खुजली
- पेट में दर्द
- अवसाद (डिप्रेशन)
- चिंता
- "ब्रेन फ़ॉग" (ध्यान केंद्रित करने और/या याद करने में कठिनाई)

…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)

क्या हैपेटाइटिस सी मौत की सजा है?

नहीं। हेप सी का शिकार होने वाले अधिकांश लोगों की उसके कारण मौत नहीं होती। लेकिन, समय कि लंबी अवधि के दौरान, कुछ लोग विकसित कर लेंगे:

- सिरोसिस (**cirrhosis**) (जिगर सिकुड़ जाता है और सख़्त हो जाता है और ठीक से काम नहीं करता)
- जिगर का कैंसर
- या जिगर प्रत्यारोपण

की जरूरत हो सकती है

(जिगर को क्षति के चरण)

एंड्रिया जैरिवने द्वारा जिगर का चित्रण। केटी (CATIE) के सौजन्य से।

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

क्या हेप सी वाले लोगों को एक प्रदाता से मिलने की जरूरत है भले ही वे ठीक महसूस करते हों?

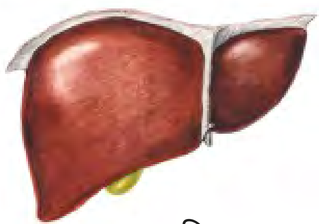
हाँ, हर ६ से १२ महीने!

भले ही एक व्यक्ति अच्छा महसूस करता हो और उसे कोई लक्षण नहीं हों, हेप सी अभी भी उनके जिगर को क्षति पहुंचा रहा हो सकता है।

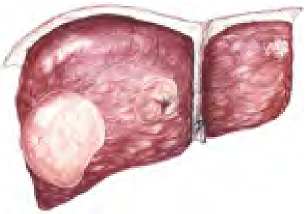
Do people with hepatitis C need to see a health care provider even if they feel fine?

Yes, every 6 to 12 months! Even if a person feels well and has no symptoms, hepatitis C can still be damaging their liver.

क्या जिगर की क्षति के लिए परीक्षण हैं?



स्वस्थ जिगर



क्षतिग्रस्त जिगर

हाँ। जिगर की क्षति के लिए परीक्षणों में शामिल हो सकते हैं:

- शारीरिक परीक्षण
- खून की जाँचें
- फाइब्रोस्कैन® (Fibroscan®) (बाहरी और पीड़ाहीन)

अलग अलग समय पर अलग अलग परीक्षणों का इस्तेमाल किया जाता है।

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.

प्रदाता कब जाँच करते हैं कि एक व्यक्ति के रक्त में कितना वायरस है?

स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता यह रक्त परीक्षण तब करेंगे जब उनको यह करने की जरूरत है:

- हैपेटाइटिस सी संक्रमण का निदान
- जाँच करना यदि इलाज काम कर रहा है

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 person with hepatitis C
- check if treatment is working

क्या हैपेटाइटिस सी ठीक हो सकती है?

हाँ! गोलियों के रूप में नई दवाएं उपचार पूरा करने वाले 90% से अधिक लोगों को ठीक कर सकती हैं।

Can hepatitis C? be cured

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

क्या शराब या अवैध ड्रगस का उपयोग करने वाले लोग इलाज प्राप्त कर सकते हैं?

हाँ! लेकिन उनको एक ऐसे प्रदाता के पास रेफर किए जाने के लिए कहना चाहिए जिसको व्यसनों वाले लोगों के साथ काम करने का अनुभव हो।

यह प्रदाता, चर्चा करने के लिए और उनके जीवन में हैपेटाइटिस सी के इलाज को फिट करने में मदद करने के लिए एक योजना विकसित करने के लिए, व्यक्ति के साथ काम करेंगे।

Can people who are using 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.

क्या शराब पीने वाले लोग हैपेटाइटिस सी का इलाज प्राप्त कर सकते हैं?

हाँ! लेकिन उनको एक ऐसे प्रदाता के पास रेफर किए जाने के लिए कहना चाहिए जिसको शराब पीने वाले लोगों के साथ काम करने का अनुभव हो।

Can people who drink alcohol get hepatitis C treatment?

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

क्या हैपेटाइटिस सी वाले लोग जिनको हैपेटाइटिस बी या मधुमेह जैसे दूसरे रोग भी हैं, हैपेटाइटिस सी का इलाज प्राप्त कर सकते हैं?

हाँ! अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता के साथ अपने स्वास्थ्य के सभी मुद्दों पर चर्चा करना महत्वपूर्ण है।

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.

क्या हैपेटाइटिस सी वाइरसरोधी इलाज के दुष्प्रभाव हैं?

हाँ। लक्षण भिन्न होते है और नए उपचार के साथ हल्के होते हैं और उन में शामिल हो सकते हैं: फ्लू जैसे लक्षण; सोने में मुश्किल, और थकान।

इलाज के दुष्प्रभावों का प्रबंधन कैसे करना है के बारे में अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता के साथ बात करें।

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.

हैपेटाइटिस सी और उसका उपचार लोगों को अलग अलग तरह से प्रभावित करता है। लोगों को समय - समय पर स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं, परिवार, दोस्तों तथा हमउम्र लोगों से सहारे की जरूरत हो सकती है।

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

अधिक जानकारी के लिए www.hepatitiseducation.ca पर जाएं। यह संसाधन हैपेटाइटिस शिक्षा कनाडा द्वारा बनाया गया था।

यह हैपेटाइटिस सी से प्रभावित व्यक्तियों और कनाडा भर में सेवा प्रदाताओं जिस में शामिल हैं**:** कनेडिअन एसोसीऐशन आफ हेप्टोलोजी नर्सिज, केटी का हैपेटाइटिस सी ऐथनोकलचरल एजुकेशन, आउटरीच और सोशल मार्कटिंग प्रोगराम, इंडिया रेनबो कम्यूनिटी सर्विसिज़ आफ पील, पाज़िटिव हेल्थ सर्विसिज़ क्लिनिक, प्रग्रेसिव इंटरकलचरल कम्यूनिटी सर्विसिज़ सोसाइटी तथा पंजाबी कम्यूनिटी हेल्थ सर्विसिज़ से बहुमूल्य योगदान के बिना संभव नहीं होता। समर्थन युनिवर्सिटी आफ ब्रिटिश कोलंबिया तथा बीसी सेंटर फार डिज़ीज़ कंट्रोल के द्वारा पब्लिक हेल्थ एजेन्सी आफ कनाडा से फन्डिंग के साथ मुहैया किया गया।

* जरूरी नहीं है कि यहाँ व्यक्त किए गए विचार पब्लिक हेल्थ एजेन्सी आफ कनाडा के विचारों का प्रतिनिधित्व करें।

©हैपेटाइटिस एजुकेशन कनाडा 2016

कॉपीराइट © 2016 हैपेटाइटिस एजुकेशन कनाडा। इस कृति के शैक्षिक**,** गैर वाणिज्यिक उपयोग के लिए प्रतिलिपि तैयार की जा सकती है तथा इसे पुनः वितरित किया जा सकता है**,** बशर्ते सभी प्रतियों पर निम्नलिखित बयान शामिल हो**:**

"कॉपीराइट © 2016 हैपेटाइटिस एजुकेशन कनाडा। इस कृति की प्रतिलिपि हैपेटाइटिस एजुकेशन कनाडा की अनुमति से बनाई गई।**"** अधिक विवरण

के लिए **www.hepatitiseducation.ca** पर जाएं।

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

©2016