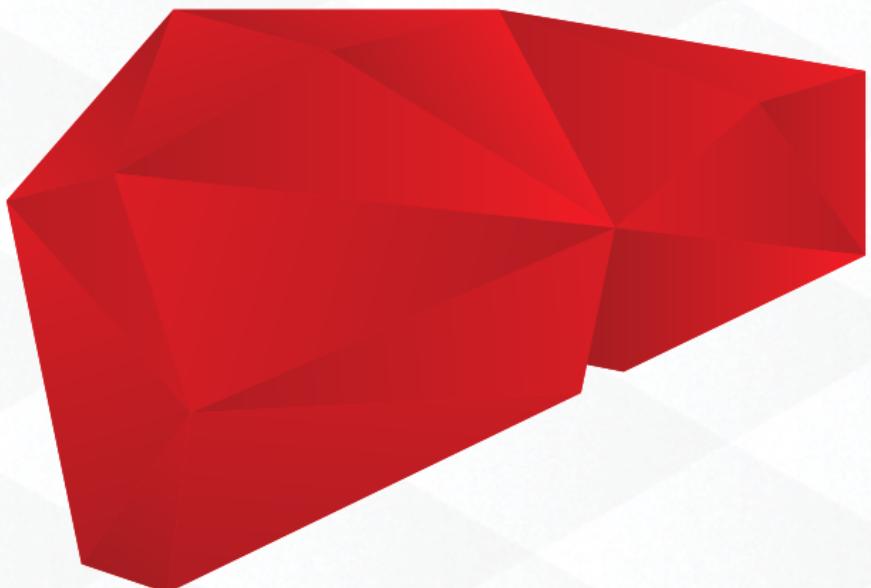


FAHMIDDA CAGAARSHOW (HEPATITIS B)

**Waa maxay waxa aan
ubaahanahay inaan ogado?**



Somali



GILEAD

hepBTM
.com

Cagaarshowga [hepatitis B] (ama hep B) waa cudur caam ah ee saameeya malaayiin qof oo dunida dacaladeeda ku nool.

Buugyarahen waxaa loogu talagalay inuu kaa caawiyo si aad wax uga fahamto xanuunka hep B iyo in aad barato sida aad u maarayn la hayd.

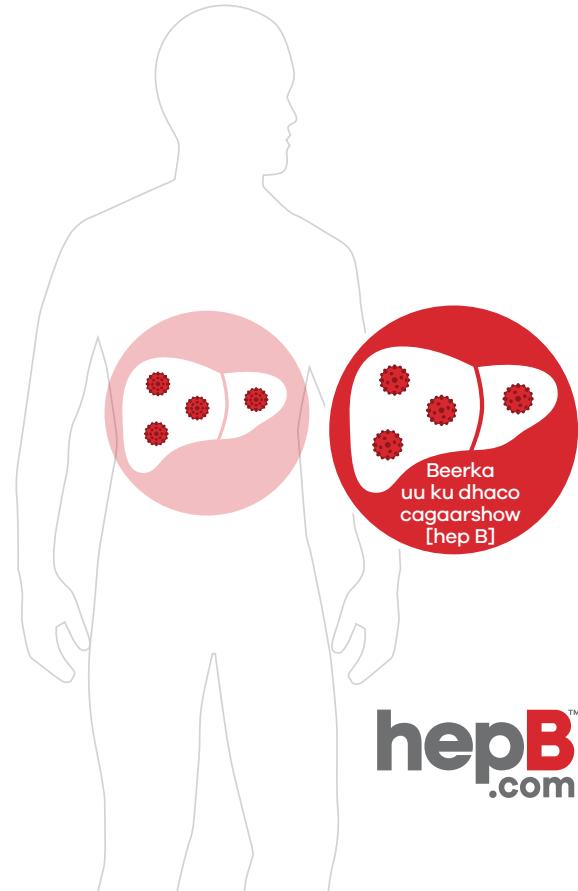
Buugyarahen dhexdiisa, waxaan ku faahfaahinnaynaa qdobaddan soo socda:

- Sida xanuunkan raaga ee hep B beerkaaga u waxyeeleeyo
- Sida cagaarshowga [hep B] u faafo
- Baaritaanka iyo tallalka
- Sida xanuunkan raaga ee hep B beerkaaga u waxyeeleeyo

Si aad u hesho macluumaad faahfaahsan, booqo **HEPB.COM**

Cagaarshowga [hep B] waa waxa dunida ugu caamsan ee beerka waxyeeleeyaa

Cagaarshowga [hep B] waa cudur daran oo caabuq ba'an beerka u keeni kara. Waxaa sababa in shaqsiga uu qabatamo ama ku dhaco fayraska cagaarshowga noocyada B (HBV).



Maxaa dhici doona haddii uu igu dhaco cagaarshowga [hep B]?

Beerkayga muxuu qabtaa?

Goorta qofka marka koowaad ee uu caabuqa uu ku dhaco, waxaa loogu yeeraa caabuq **KU-SOO-BOODA AH.**



Hase-yeeshee, haddii qofka horey uu u qabay cagaarshowga [hep B] in ka badan 6 bilood, waxaa loogu yeeraa cagaarshowga [hep B] **JIRRADA RAAGTA.**

Dadka intooda badan ee qaba xanuunka cagaarshowga [hep B] **MA** yeeshaan ififaalo oo caafimaad ayay dareemaan.

Hase-yeeshee:

- Waxaa dhici karta in beerkooda uu mar horeyba uu wax yeelloobay
- Weli dadka kale xanuunka way qabadsiin karaan

Waxaa aad muhiim u ah in aad ka warqabto oo aad og tahay xaaladdaada cagaarshowga [hep B] maxaa yeeley taas waxay kaa kaalmaynaysaa sida aad u daryeeli la hayd caafimaadka beerkaaga



Beerkaaga waa xubin muhiim ah oo ma awoodid in beerka la aantiis aad noolaato

Beerka ayaa ah xubin jirka ka mid ah ee kan ugu wayn, oo wuxuu qabtaa waxyaabaha soo socda:



Waxaad cunto iyo wixii aad cabto ayuu wuxuu u beddellaatamar iyo nafaqo



Dhiigaaga wuxuu ka soo saaraa waxyaabaha kiimakada ah



Jeermiska ayuu la dagaalamaa



Wuxuu sameeyaa walxaha caawiya shiiditaanka cunnada

Sidee buu xanuunkan raaga ee hep B beerka u waxyeeleeyaa?

Jirada raagta ee cagaarshowga [hep B] waxyeello ayuu kuu geysanayaa adigoo xitaa aanan ka war hayn

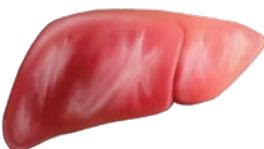
Jirada raagta ee cagaarshowga [hep B] ayaa sidoo kale loogu yeeraa **"dilaaga aamusan"** maxaa yeeley xitaa haddii xanuun aadan dareemayn, beerkaaga ayuu waxyelleenayaa, sida:

Barar



Faaybroosis

Beerka uu nabar gaarsiiyo



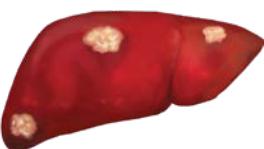
Burburka beerka (Cirrhosis)

Nabar aad u duran ee waxyelleeya howsha beerkaaga uu qabto



Kansarka Beerka

Jirada Raagta ee cagaarshowga [hep B] ayaa ah waxa ugu wayn ee sababa kansarka beerka



Haddii aan la dawyn, ilaa **4 qoba 1 qof** dadka qab jirada raagta cagaarshowga [hep B] waxay ku dhaca dhibaatooyinka dhanka beerka ah sida burburka iyo kansarka beerka.



#1

Jirada raagta ee cagaarshowga [hep B] waa sababta #1 ee Aasiyan Amerikan ku sababa kansarka beerka.



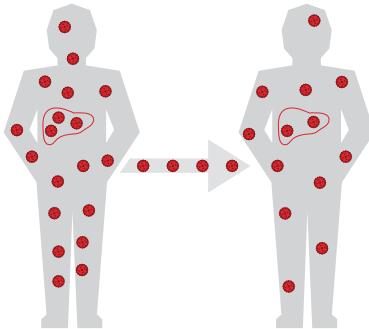
Jirada raagta ee cagaarshowga [hep B] ayaa ah waxa ugu wayn ee sababa kansarka beerka, kaasoo ah sababta #1 ee kansarka dhimashada ku sababa ragga Afrika ku nool

Haddii aad qabto jirida raagta ee cagaarshowga [hep B], takhtarkaaga kala hadal oo kala hadal waxa aad qaban karto si aad ku meerayn la'hayd

Sidee buu ku faafaa cagaarshowga [hep B]?

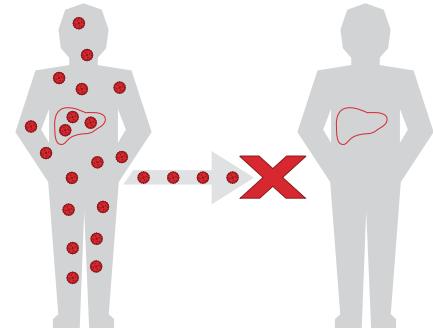
Sida **KALIYA** ee la isu qaadsiin karo cagaarshowga [hep B] ayaa ah in qof xanuunka qaba dhiiigiisa ama dhacaanka jirkiisa adiga uu ku soo gaaro

Waxad ka qaadi **KARTAA**:



- Hooyada haddii ay qabtay cagaarshowga [hep B] marka adiga lagu dhallaayay (waa hal ka mid ah hababka ugu can badan ee cudurka lagu qaado)
- Haddii uu ku soo gaaro isga oo dhiiga qof dhaawac ah, ku qaniino, ama uu ku rifo
- Adiga oo galma la sameeya qof qaba oo dhacaanka jirkiisa ku soo gaara
- Marka la isla isticmaalo oo la wadaago cirbaddo (ay ku jiro qalaabka la isku mudo oo taatuuga ama cirbidda la isku mudo sida durashada sanka ama dhigta)

MARNABA kama qaadi kartid:



- Taabashada
- Dhunkasho
- Cabbista khamrada
- Cunto, biyaha, ama hawada
- Wadaagidda koobabka iyo alaabta wax lagu cunno



**Marka aad ogtahay sida uu u faafو
cagaarshowga [hep B] ayaa wuxuu
adiga iyo qofkaaga uu idinka caawin
karaa inuu xanuunka aad qaadaan**

Anigu halis ma ugu jiri karaa?

Maadaama caabuqa cagaarshowga [hep B] lagu yaqaano inuu beerka ku dhaco, dad badan ayaa halis ugu jira

**Ilaa iyo
2 MILYAN**
oo qof ee dadka
Marykanka ayaa qaba.

- 3 kiiba qof 2 qof oo oo qaba cagaarshowga [hep B] ma oga in xanuunka ay qabaan
- Qiyaas ahaan 257 milyan qofood ee dunida ku wada nool ayaa cudurka qaba
- Sanadka 2015 oo kaliya, qiyaas ahaan 887,000 qofood ayaa ku geeriyooday dhibaato caafimaad uu sababay cagaarshowga [hep B], ay ku jirto burburka beerka iyo kansarka beerka

Dadka ku nool meelaha casaanka lagu calaamadeeyay ayaa ah kuwa aadka halista ugu jira* in ay qaadaan cagaarshowga [hep B]



10 *Halis saraysa: ≥2% ee dad qaba cagaarshowga [hep B].

Waxaa muhiim ah in la fahmo halista uu keeni karo cagaarshowga [hep B]

Qaar ka mid ah halista dheeraadka ah ee waxaa ka mid ah:

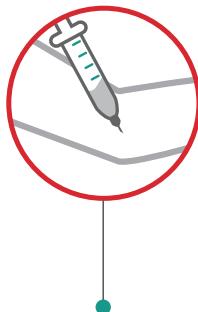
- Adiga oo Maraykanka lagugu dhalay, adiga oo sibyaan ah aan lagaa tallaalin, iyo haddii waalidiinta ay ka yimaadeen wadamada ay halistiisa aad ugu sareysa
- Marka aad u socdaasho wadamada uu ku badan yahay cagaarshowga [hep B]
- Adiga oo ay ku dhasha hooyo qabta cagaarshowga [hep B]
- Adiga oo uu ku soo gaaro dhacaan jirka (dhiiga, shahwada, ama dheecaanka siilka)
- Iyada oo aan wax ka hor tag ah lala galmoodo qof qaba cagaarshowga [hep B]
- Iyada oo taatuu ama jirka lagaa duro iyada oo qalabka la isku duro aan laga sifayn
- Iyada oo la isla wadaago cirbad aan laga sifayn



Fahmidda halistan uu keeni karo ayaa waxay kaa caawinaysaa sida adiga, qoyskaaga, iyo asxaabtaada aad uga difaaci la'hayd in ay qaadaan cagaarshowga [hep B]

Sidee ayaan ku garan karaa haddii aan qabo cagaarshowga [hep B]?

Tijaabada dhiingga ah ayaa si sahlan u muujin doona haddii aad qabto cagaarshowga [hep B] ama haddii aad ka qabto:



Dhiig ayaa laga qaada qaadayaa xididka gacantaada



Shaybaar ayaa loo dirayaa oo waa laga soo baarayaa

Adiga hoganka u qabo caafimaadkaaga oo takhtarkaaga kala hadal in lagaa baaro



Maxay yihiin natijjooyinka ka soo baxa baaritaanka?

Natijjooyinka ka soo baxa baaritaanka dhiiga ee lagaa qaado wuxuu adiga iyo takhtarkaaga idin ka caawin karaa haddii aad qabto cagaarshowga [hep B] ama haddii horayba lagaa difaacay.

Waxaa jira 3 noocyoo oo natijjada baaritaanka oo suurtogal ah:

Khatar ugu jira



Weligaa kuguma dhicin ama aan lagaa tallaalin cagaarshowga [hep B].
Ha lagu tallaalo.

Qaba jirrada



Haddii aad qabto cagaarshowga [hep B].
Takhtarkaaga weydii haddii aad daaweyn ubaahan tahay.



Ka difaacan

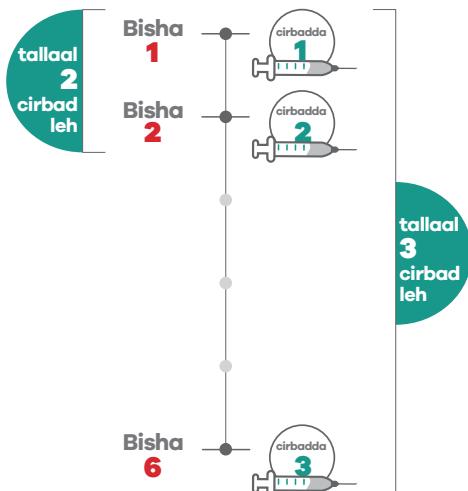
Waa lagaa tallaaley, ama hadda ka hor ayuu kugu dhacay cagaarshowga [hep B] oo jirkaaga wuu iska difaacay xanuunkii. **Dadka aad jeceshay ku dhiirigeli in ay iska baaraan.**

Waa maxay tallaalka cagaarshowga [hep B]?

Tallaalka cagaarshowga [hep B] waa tallaal ammaan ah oo wax-tar leh oo waa qaabka looga hortago in aad qaadlo cagaarshowga [hep B]

Tallaalka waxaa lagu heli karaa labadaan midkood:

2 cirbid, oo la baxsho muddo u dhexeeyo hal bil **AMA 3 cirbado**, labada cirbido ugu horeeyaa waxaa la baxshaa muddo u dhexeeyo hal bil iyo cirbadda 3aad waxaa la baxshaa 4 bilood ka dib



Kala hadal takhtarkaaga tallaalka adiga kuu habboon.

Xasuuso, waa muhiim inaad hesho dhammaan cirbadahaada si aad iska difaacdo fayraska

Waa muhiim in la ogaado xaqiiqooyinka tallaaka cagaarshowga [hep B]



Tallaalka wax **MA** dadka horey uu ugu dhacay cagaarshowga [hep B]



Cagaarshowga [hep B] ka **MA** qadi kartid adiga oo iska tallaalyay maxaa yeeley tallaalka kuma jiro fayraska oo nool



Haddii aadan qabin cagaarshowga [hep B] oo aan lagaa tallaalin, takhtarkaaga kala hadal sida aad u heli la'hayd tallaalka, oo asxaabtaada iyo qoyskaagaba ku dhiirigeli in ay iyaguna sidaa sameeyaan

Haddii aan qaba cagaarshowga [hep B], maxaan ka qaban karaa?

Xitaa haddii caafimaadkaaga uu wanaagsan yahay, adiga iska ma dhega-tiri karto xanuunkaaga cagaarshowga [hep B]

Waad maarayn kartaa xanuunkaaga cagaarshowga [hep B] adiga oo taageero ka helaya takhtarkaaga, qoyskaaga, iyo asxaabtaada.

Adiga oo nafta daryeela ah wax faa'ido badan leh, laakin taas kaliya kuma filna oo taas daawayn uma ah cagaarshowga [hep B].



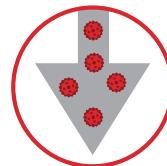
Adiga oo nafta daryeela ah wax faa'ido badan leh, laakin taas kaliya kuma filna oo taas daawayn uma ah jirrada cagaarshowga raagtada ah [hep B]

Takhtarkaaga ayaa go'aamin doono haddii aad u baahan tahay daaweynta jirrada cagaarshowga raagtada ah [hep B].

Ma la daawayn karaa cagaarshowga [hep B] ee raaga?

Xadii lagaa helay cagaarshowga [hep B] ee raaga, waxaa dhici karta in takhtarkaaga uu kuu qoro daawo fayriska lala dagaalamo

Hadafka daawaynta fayriska lala dagaalamo waa:



Si ay u yarayso xadiga fayriska cagaarshowga [hep B] ee jirkaaga ku jira

Si ay u yarayso halista dhibaato ee ku iman karta beerkaaga, sida burburka beerka, beerka oo shaqada gaba, iyo kansarka beerka

Daawada fayriska lala dagaalamo waxay noqon kartaa kaniini ama daawo lagugu durayo. Bukaan-socodka daawooinka loo qor oo qaata waxay u baahan yihii in ay la socdaan daryelbixiyahooda sida in ay ku timaado waxyeelada dambe.

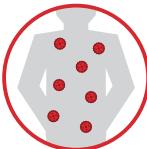


Waxaa qayb muhiim ka ah ee aad ku maarayn la'hayd xanuunkaaga cagaarshowga [hep B] adiga oo takhtarkaaga kala hadla dalabyada daawayn ee suurto galka noqon kara

Maxay la iga doonayaa in aan xusuusto ee ku saabsan cagaarshowga [hep B]?



Cagaarshowga [hep B] wuxuu waxaa aad looga yaqaano inuu beerka waxyeeleeyo oo wuxuu sababi karaa dhibaatooyinka dhanka beerka ah sida burburka iyo kansarka beerka



Sida kaliya ee la isu qaadsiin karo cagaarshowga [hep B] ayaa ah in qof xanuunka qaba dhiigisa ama dhacaanka jirkiisa adiga uu ku soo gaaro. Dhab ahaan, dadka badankood ee qabo cudurka cagarshoowga [hep B] waxay qaadeen waqtiga dhalmada haddii hooyoyinkooda qabeen cudurka.



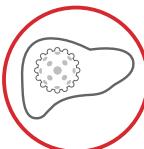
Tijaabada dhiigga ah ee sahlan ayaa muujin doona haddii aad qabto cagaarshowga [hep B] ama haddii lagaa tallaalay cagaarshowga [hep B]



Haddii marnaba horey uusan kugu dhicin cagaarshowga [hep B], waxaa jira tallaal cagaarshowga [hep B] looga hortago



Haddii aad qabto jirrada raagta ee cagaarshowga [hep B], waxaa muhiim ah in si joogto ah takhtarkaaga u booqo



Waxaa dhici karta in caafimaad aad qabto laakin welii waxaa dhici karta in xanuunka aad qabto ama aad halis ugu jirto in beerka waxyeello kaa gaarto



Daawooyin ayaa la helayaa oo kaa caawin kara sida loo yareyn lahaa qaddarka fayras ee jirkaaga ku jira oo waxaa laga yaabaa inuu hoos u dhigo halista dhibaatooyinka beerkaaga

Gilead waxaa ka go'an in ay kordhiso in jaaliyadda ay wacyigelliso oo ay barto cagaarshowga [hep B]

Sidee ayaan wax uga qabtaa caafimaadka beerkayga?



La soco oo ogow haddii aad qabto cagaarshowga [hep B]

Ha lagaa baaro oo kala hadal qoyskaaga iyo asxaabtaada in iyaguna laga baaro



Haddii adiga AADAN qabin cagaarshowga [hep B]

Takhtarkaaga kala hadal sida aad u heli lahayd tallaalka, oo asxaabtaada iyo qoyskaagaba ku dhiirigeli in ay iyaguna sidaa sameeyaan



Haddii adiga AAD qabto cagaarshowga [hep B]

Waxaa la helayaa daawo ay dhici karto in lagu yareeyo halista ah in uu dhibaato ba'an inuu u keeno beerkaaga. Si joogto ah booqo takhtarkaaga oo wax ka waydii dalabyada daaweynta ee suurto gal noqon kara

Waxaa qayb aad muhiim u ah in cagaarshowga [hep B] aad wax badan ka barato si caafimaadka aad hoggaanka ugu qabato.

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah, booqo **HEPB.COM**



Gilead, Gilead Logo, HEPB.COM Logo
iyo Liver Icon waa summadda ganacsiga ee
Gilead Sciences, Inc u gaar ah.
©2019 Gilead Sciences, Inc.

Dhammaan xuquuqaha waa ay dhowrsan yihiin. UNBC6262 05/19