တစ်ခြားသော သတင်းအချက်အလက်များ

အသည်းရောင်အသားဝါ ဗွီတိုးရီးယား Infoline
ဖုန်း ၁၈၀၀ ၇၀၃ ၀၀၃၊ တနင်္လာ မှ သောကြာ၊
နံနက် ၉ နာရီ မှ ညနေ ၅ နာရီထိ
အီးမေးလ်-info@hepvic.org.au

အသည်းရောင်အသားဝါ ဗွီတိုးရီးယား ဝက်ဘ်ဆိုက်
www.hepvic.org.au

အသည်းကျန်းမာရေး
www.liverwell.org.au

အသည်းရောင်အသားဝါ စစ်ဆေးခြင်း (HEPCheck)
www.liverwell.org.au/hepcheck

ဂရုစိုက်မှု စစ်ဆေးခြင်း (CareCheck)
www.liverwell.org.au/carecheck

ပို၍ကောင်းမွန်သော ကျန်မာရေး လမ်းကြောင်း(better health channel)၊ ဗွီတိုးရီးယား အစိုးရ
betterhealth.vic.gov.au

ဝန်ဆောင်မှုအား ရှာဖွေပါ။

အသည်း ဆေးခန်းများ
www.hepvic.org.au/LiverClinics

ကျွန်တော်တို့ ဝန်ဆောင်မှု အားလုံး အတွက်
Hepvic.org.au/services

HEPATITISVICTORIA

အသည်းရောင် အသားဝါ သတိပေးချက်

အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီ

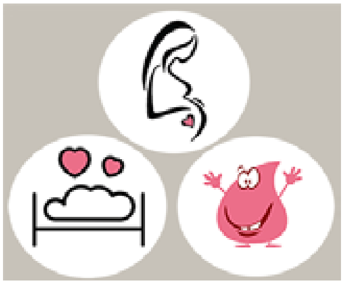
ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် သွေးစစ်ဆေးပြီးနောက် ဆေးကုသမှုခံယူခြင်း

HEPVIC.ORG.AU/BEHEPAWARE

ဘယ်သူတွေမှာ အန္တရာယ်ရှိသလဲ။

အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုး ပြန့်နှံ့ပုံမှာ-

- အမေ မှ ကလေး သို့ ကလေးမွေးဖွါးချိန်တွင်
- အန္တရာယ်ရှိသော လိင်ဆက်ဆံခြင်းများမှ
- သွေး မှ သွေး သို့ တစ်ဆင့် ထိတွေ့ခြင်းများ ဖြစ်သည်။



အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုးသည် အဖြစ်များသော နာတာရှည်ရောဂါတစ်ခုဖြစ်ပြီး ဆိုးရွားသော ကျန်းမာရေး အန္တရာယ်များဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။

နောက်ကျသောအခြေအနေ နှင့် သူတို့၏အသည်းများ ဆိုးရွားစွာပျက်စီးခြင်း မှ အသည်းခြောက်ခြင်းများ၊ အသည်းလုပ်ဆောင်ချက်များကျရှုံးခြင်း သို့မဟုတ် အသည်းကင်ဆာဖြစ်သည့်အချိန်ထိမရောက်မခင် လူအများစုတွင် ရောဂါလက္ခဏာများမရှိကြပါ

သင်သည် ပျက်စီးခြင်းကို ပျက်စီးခြင်းလမ်းကြောင်းတွင် တားဆီးနိုင်ပါသည်။

ရှာဖွေရန် သွေးစစ်ပါ။

အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုးသည် သွေးစစ်ဆေးခြင်းအားဖြင့် သိရှိနိုင်သည်။ သင့်တွင် Medicare ကဒ်ရှိလျှင် အလကား သွေးစစ်ဆေး၍ ရသည်။

သင့်ဆရာဝန်အား ယနေ့ပင် တောင်းဆိုပါ။

အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုးအားကာကွယ်ရန် ကာကွယ်ဆေးထိုးပါ။

သွေးစစ်ဆေးခြင်းတွင် အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီ မရှိဟု ပြဆိုလျှင် သင့်နောင်ရေးအတွက် အန္တရယ်ကင်း ပြီး အစွမ်းရှိသော ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ကလေးငယ်များအားလုံး နှင့် သွေး မှ သွေး သို့ တစ်ဆင့် နှင့် အန္တရာယ်ရှိသော လိင်ဆက်ဆံခြင်းမှ ကူးစက်ရန် အလားအလာရှိသော သူများ အားလုံး သည် ကာကွယ်ဆေးထိုးသင့်သည်။

သင့်တွင် အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုး ရှိလျှင် ဆေးကုသမှု ခံယူပါ။

သင့်တွင် အသည်းရောင်အသားဝါ ဘီပိုးရှိသည်ဟု

သွေးအဖြေမှပြသလျှင် ယခုအခါတွင် ရောဂါပိုးအား ပျောက်ကင်းအောင်မကုသနိုင်သေးသော်လည်း အသည်းပျက်စီးမှုအား နှေးကွေး သို့မဟုတ် ရပ်တန့်စေနိုင်သော ဆေးများရှိပြီး အသည်းအား ကျန်းမားအောင် ထားနိုင်ပါသည်။

ကျန်းမာအောင်နေပါ

- သင့်အထွေထွေရောဂါကုဆရာဝန်ဆီမှ ဆေးကုသမှုအကြောင်း အကြံဉာဏ်တောင်းပါ။
- ကျန်းမာစေသော အစားအသောက်များ စားပါ။
- အရက်လျှော့သောက်ပါ။
- ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် အကူအညီယူပါ။
- စိတ်ဖိစီးမှုအား လျှော့ချပါ။
- လေ့ကျင့်ခန်း ပုံမှန်လုပ်ပါ။
- သင့်အထွေထွေရောဂါကုဆရာဝန် သို့မဟုတ် အထူးကုဆရာဝန်မှ မသောက်ခိုင်းသော တိုင်းရင်းဆေးများအား ရှောင်ကြဉ်ပါ။-တစ်ချို့သောဆေးများသည် သင့်အသည်းအား ဒုက္ခရောက်စေပါသည်။

သင်ချစ်သောသူများနှင့် သင့် အား ကာကွယ်ပါ။

- သင့်မိသားစုဝင်များ နှင့် အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုးရှိသောသူနှင့် နီးစပ်သောသူများအား ကာကွယ်ဆေးထိုးထားရန် တိုက်တွန်းပါ။
- အန္တရာယ်ကင်းသော လိင်ဆက်ဆံခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။ (အကာအကွယ် သုံးပါ။)
- သွေးအား သတိထားပါ- တစ်ခြားသူတစ်ယောက်၏ သွေးအား ထိတွေ့ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ထိုးသွင်းရသော ကိရိယာများအား မျှဝေသုံးစွဲခြင်းမပြုပါနှင့်။
- သွားတိုက်တံများ၊ မုတ်ဆိတ်ရိတ် ဓါးများ၊ လက်သည်းညှပ်များအား မျှဝေသုံးစွဲခြင်းမပြုပါနှင့်။
- သင့်အလုပ်သည် အသည်းရောင်အသားဝါဘီပိုး နှင့်ထိတွေ့နိုင်ဖွယ်ရှိလျှင် သင့်အထွေထွေရောဂါကုဆရာဝန် ဆီမှ အကြံဉာဏ်ရယူပါ။