

Cutar hanta na B

Abin da kake bukatar sani don kiyaye kanka,
iyalenka da kuma lafiyar al'ummarka.



Rubutun malami



Jama'a suna gani:

“A yau za mu yi magana ne game da cutar hanta na B: abin da kake buƙatar sani don kiyaye kanka, ƙaunattunka, da kuma lafiyar al'ummarka.

Ko da yake akwai wasu nau'o'in cutar hanta, wannan gabatarwa zai mayar da hankali kan cutar hanta na B.

Wannan gabatarwa ya kamata ya ɗauki kimanin minti 10 zuwa 15 kawai. Idan a kowane lokaci kana da tambayoyi, zaka iya tambaya!

Na gode maka domin lokacinka wadda ka bayar don koyo game da cutar hanta na B tare da ni a yau!”

Cutar hanta na B yana ɗaya daga cututtuka da ya wanzama a duniya

Fadin duniya

Sama da mutane miliyan 250 ne ke dauke da cutar hanta na B a duniya.



A Amurka

Kusan mutane miliyan 1 ne ke ɗauke da cutar hanta na B.

Rubutun malami



Jama'a suna gani:

“Don haka, kuna iya yin mamaki 'me yasa cutar hanta na B ya shafe ni?

Yana da mahimmanci a koyi game da cutar hanta na B domin yana daya daga cikin cututtukan da suka fi yawa a duniya.

Akwai sama da mutane miliyan 250 da ke fama da cutar hanta na B a duniya, yawancinsu daga Afirka da Asiya.

A cikin Amurka, kusan mutane miliyan 1 suna da cutar hanta na B. A cikin al'ummomin baki na Afirka a Amurka, tsakanin 5% zuwa 18% na mutane da abin ya shafa.

“Kuna iya mamaki, ‘me yasa ciwon hanta na B
yafi kowace cuta a Afirka?”



Rubutun malami

“Kuna iya mamaki, me yasa ciwon hanta na B yafi kowace cuta a Afirka?”



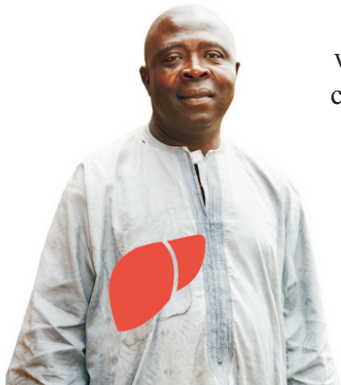
Jama'a suna gani:

“Kuna iya mamaki, ‘me yasa ciwon hanta na B yafi kowace cuta a Afirka?”

Cutar hanta na B ya wanzu a Afirka na dubban shekaru, kuma yana ci gaba da shafar miliyoyin mutane a nahiyar.

Saboda ba a samun allurar rigakafin cutar hanta na B a duk sassan Afirka, yawancin jarirai da yara kanana suna cikin hadarin kamuwa da cutar.

Menene cutar hanta na B?



Cutar hanta na B cuta ce wadda zai iya haifar da mummunar cutar hanta, har ma da kansar hanta.

Hanta yana da matukar mahimmanci ga lafiyar ka.

Rubutun malami

Menene cutar hanta na B?

Cutar hanta na B cuta ce wadda sai iya haifar da mumman cutar hanta, har ma da kansar hanta.

Hanta yana da matuƙar mahimmanci ga lafiyar ka.

Jama'a suna gani:

Cutar hanta na B cuta ce mai saurin kamuwa, wanda kwayar cutar hanta na B ke haifarwa. Idan ba a gano shi ba, yana iya haifar da lalacewar hanta ko ciwon hanta

Yana da matuƙar mahimmanci a kiyaye lafiyar hanta, domin tana da ayyuka da yawa a jiki

Yana taimakawa narkar da abinci, daidaita kuzari, rushe gubobi, yaƙar cututtuka, sarrafa magunguna, adana bitamin da kuma taimakawa gudan jini!

Mutane ba za su iya rayuwa ba tare da hanta ba.

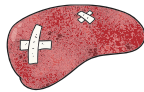
"Cutar hanta na B na iya haifar da lalacewar hanta a kan lokaci, idan wani bai san cutar ba.



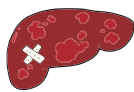
Lafiyayyan
hanta



kumburi iya
haifar da
"Fibrosis"



Yawan kumburi
na iya haifar da
hanta mai ta'bo
"Cirrhosis"



Cutar in ta dade takan
jawo ciwon daji
na hanta



Yin gwajin cutar hanta a yanzu na iya taimakawa hana hanta rikitarwa a nan gaba!



Rubutun malami



Jama'a suna gani:

"Cutar hanta na B na iya haifar da lalacewar hanta a kan lokaci, idan wani bai san cutar ba.

Hanta mai lafiya yana iya tasowa kumburi, wadda ake kira "fibrosis", wanda zai iya ci gaba da ci gaba zuwa tsanani kumburi ko **tafo**. Wadda ake kira "cirrhosis", ciwon daji na hanta.

Kasa da 10% na mutanen da suka kamu da cutar hanta na B mai tsanani suna da alamomi.



Idan bayyanar cututtuka sun faru tare da cutar hanta na B mai tsanani, zasu iya zama alamar cutar hanta mai ci gaba:



Rawayar fata ko idanu, ciwon ciki, amai, jin gajiya, ciwon gaɓa, fitsari mai duhu ko bayan gari mai launin yumbu.

Rubutun malami



Jama'a suna gani:

Kuna iya yin mamaki game da alamun cutar hanta na B. A gaskiya, kasa da kaso 10% mutanen da suka kamu da cutar suna da alamun cutar. Idan bayyanar cututtuka sun faru tare da cutar hanta na B mai tsanani, suna iya zama alamar cutar hanta.

Wannan yana nufin cewa yawancin masu cutar hanta na B ba su da wata alama ko kaɗan, don haka gwaji shine hanya daya tilo don sanin ko kana da cutar hanta.

Yawancin mutane suna kamuwa da cutar tun suna kanana

Yawancin mata masu juna biyu ba su san sun kamu da cutar ba, kuma ba da saninsu suka cutar da jariransu.



Idan ba tare da maganin alurar riga kafi ba, yawancin wadannan za su haɓaka zuwa cututtuka na yau da kullun, cututtukan rayuwa.

Rubutun malami



Jama'a suna gani:

“Ko da yake ana iya rigakafin cutar hanta na B da alluran rigakafi a lokacin haihuwa ba duk jarirai ke samun rigakafin ba. Yawancin mata masu juna biyu ba su san suna da cutar ba kuma suna yada cutar ga jariransu cikin rashin sani.

Idan ba tare da maganin alurar riga kafi ba yawancin waƙƙan za su haɓaka zuwa cututtuka na tsawon lokaci na rayuwa. Wannan saboda jarirai da yara ba su da cikakken tsarin rigakafi kuma kila ba za su iya yakar cutar hanta ba da zarar sun kamu da cutar.”

Wani kuma zai iya samun cutar hanta na B ta hanyar:

Jini

Kai tsaye jini zuwa hulɗar jini tare da mai cutar



Uwa ga yaro lokacin haihuwa



Tuntubar gida Raba reza kayan aikin tsafta, goge goge, yān kunne da sauransu.



Jarfa, huda, wanzami, tatsin jiki, kaciya



Kiwon lafiya bayyanai



Amfani da allura

Jima'i

Jima'i kai tsaye saduwa da ruwan jima'i tare da mai cutar



Jima'i mara kariya

Akwai hadari yayin kowane nau'in jima'i

Rubutun malami



Jama'a suna gani:

“Hakanan ana iya kamuwa da cutar hanta na B ta wasu hanyoyin. Domin jini da ruwan jima'i na wanda ya kamu da cutar na iya dauke da kwayar cutar, tuntuɓar su kai tsaye zai iya zama hadarin watsawa.

Wasu hadari sun hada da:

- Amfani da reza, buroshin hakori, yankan farce ko 'yan kunne tare da wanda ya kamu da cutar
- Amfani da kayan aikin likitanci waƙanda ba a sanya su ba yadda ya kamata
- Amfani da allura tare da sauransu
- Jarfa, huda, wanzami, yin tabo a jiki ayyukan kaciya mara inganci
- Jima'i ba tare da amfani da kariya ba (kamar kwaroron roba) shima hadari ne.”

Cutar hanta na B baya yaduwa ta:

Abinci

Abinci Ko raba abinci
tare da wanda ya kamu da cutar



Ruwa

Shan kofi na wanda ya
kamu da cutar ko kuma
ya raba bandaki Abinci, Ruwa



Yin atishawa ko
tari akan wani



Shayarwa



Rike hannaye



Runguma



Sumbatu



Rubutun malami



Jama'a suna gani:

Yana da mahimmanci a san cewa akwai rashin fahimta da yawa game da yadda cutar hanta na B ke yaduwa. Cutar hanta na B ba ya yaduwa a hankali

Wannan yana nufin cewa cutar hanta na B baya yaduwa ta hanyar: abinci; irin wannan cin abincin da mai cutar ya shirya ko ta hanyar raba abinci da su, ruwa; kamar shan kofi na wanda ya kamu da cutar, ko raba salga, cutar hanta na B baya yaduwa ta hanyar atishawa, tari, shayarwa, rike hannu, runguma da sumbata. Duk waƙannan abubuwan lafiyayyu ne kuma basa yadƙar da cutar hanta na B.



Idan an tambaye ku farin cikakkun bayanai game da wane ruwaye ke dauke da kwayar cuta:
Kwayar cutar Hanta na B tana cikin jini ne kawai da ruwan jima'i. Ba a cikin miyaw, zufa ko hawaye ba

Labari mai dadi: Ana iya hana matsalolin hanta ta hanyar
yin gwaji da ganin likita.



Gwajin cutar hanta na B abu ne mai sauiki kuma zai iya taimaka
maka da iyalenka ku kasance cikin koshin lafiya

Rubutun malami

Labari mai dadi: Ana iya hana matsalolin hanta ta hanyar yin gwaji da ganin likita.



Gwajin cutar hanta na B abu ne mai sauki kuma zai iya taimaka maka da iyalanka ku kasance cikin koshin lafiya

Jama'a suna gani:

Labari mai dadi shine ana iya kare matsalar hanta ta hanyar yin gwaji da ganin likita idan ka kamu da cutar.

Gwajin cutar hanta na B abu ne mai sauki kuma mai sauki, kuma zai iya taimaka maka da danginka ku kasance cikin koshin lafiya.

Kana iya yin gwaji a Ofishin likitan ka, asibitin kiwon lafiya ko ma bikin baje kolin lafiyar al'umma!

A karshen wannan gabatarwar, zan kawo muku littattafen bayanan gaskiya masu taimako da jerin kayan aiki don karin bayani game da cutar hanta na B da kuma inda zaku iya ganowa.



Ana iya tambayar ku:

Menene gwajin cutar hanta na B?

Gwajin gwajin jini ne. Ma'aikacin **ɗ**akin gwaje-gwaje zai **ɗ**auki karamin bututu na jini, wanda za a aika don gwaji. Ya kamata a sami tsakamakon a cikin 'yan kwanaki.

Idan wani ya gano cewa suna da cutar hanta na B,
za su iya zama lafiya ta hanyar:

1

Ganin likitan su sau 1-2 a shekara

- Yana da mahimmanci don ganin mai bada gwaninta wajen kula da cutar hanta
- Idan wani yana bukatar magani don ragewa ko hana lalacewar hanta, likita na iya ba da shawarwarin magani.



2

Jagoranci salon rayuwa mai lafiya

- Ku ci abinci mai gina jiki
- Yi motsa jiki akai-akai
- A guji barasa da sigari



Rubutun malami

Idan wani ya gano cewa suna da cutar hanta na B,
za su iya zama lafiya ta hanyar:

1

Ganin likitan su sau 1-2 a shekara

- Yaro da mahimmanci don gani mai buda gwamta wajen kula da cutar hanta
- Idan wani yana bukatar magani don ragewa ko hana lalacewar hanta, likan iya bu da shawarwarin magani.



2

Jagoranci salon rayuwa mai lafiya

- Ku ci abinci mai gina jiki
- Yi motsa jiki akai-akai
- A guji barasa da sigari



Jama'a suna gani:

“Idan wani ya gwada kuma ya kamu da cutar hanta na B, akwai hanyoyi da yawa da zai iya zama lafiya.

Ganin likita sau ɗaya ko sau biyu a shekara wanda ya kware wajen kula da cutar hanta na B yana da mahimmanci. Za su duba lafiyar hantar mutum don ganin ko ana iya bukatar magani don ragewa ko hana lalacewar hanta.

Za su iya jagorantar rayuwa mai kyau ta hanyar cin abinci mai gina jiki, yin motsa jiki, da guje wa barasa da sigari.”

Babu magani ga cutar hanta.

Da'awar cewa magani ko na ganye maganin na iya warkar da kwayar cutar karya ne.



BA YI MAGANI BA



Rubutun malami

Babu magani ga cutar hanta.

Da'arwar cewa magani ko na ganye maganin na iya warkar da kwayar cutar karya ne.



Jama'a suna gani:

Watakila kun ji labarin yiwuwar warkar da cutar hanta na B mai tsanani. Duk wani iƙirari game da magunguna ko magungunan ganye waɗanda za su iya warkar da cutar karya ne.

Don haka kar a yaudare ku da shan waɗannan, domin kawai za ku bata lokaci da kuɗi akan waɗannan.

Akwai ingantattun magunguna don cutar hanta na B, idan an bukata.



Rubutun malami

Akwai ingantattun magunguna don cutar hanta na B, idan an bukata.



Jama'a suna gani:

“Labari mai dadi shine cewa akwai magunguna masu tasiri sosai ga cutar hanta na B, idan an bukata.

An gwada su kuma an tabbatar da cewa suna kiyaye cutar hanta na B da kuma kiyaye lafiyar mutum. Suna da muhimmiyar rawa wajen taimakawa wajen kula da kwayar cutar.”

Akwai rashin fahimta da yawa game da cutar hanta na B.
Sanin gaskiyar:

1

Yawancin mutane ba su da alamun cutar hanta na B.

2

Yawancin mutane suna kamuwa da cutar hanta na B a matsayin jarirai ko yara.

3

Akwai ingantattun magunguna da ake da su na cutar hanta na B da ke sa mutum lafiya.



Rubutun malami

Akwai rubun fahimta da yawa game da cutar hanta na B.
Sanin gaskiyar:

- 1 Yawancin mutane ba su da alamun cutar hanta na B.
- 2 Yawancin mutane suna kamawa da cutar hanta na B a matsayin jarirai ko yara.
- 3 Akwai ingantattun magunguna da ake da su na cutar hanta na B da ke sa mutum lafiya.



Jama'a suna gani:

Cutar hanta na B, cuta ce mai rikitarwa, kuma yana da mahimmanci a fahimci rashin fahimta na gama-gari game da shi

- (1) Yawancin mutane ba su da alamun cutar hanta na B. Gwaji ita ce kawai hanyar da za a san ko kana da cutar.
- (2) Yawancin mutane suna kamuwa da cutar hanta na B a matsayin jarirai ko yara.
- (3) Akwai ingantattun magunguna don cutar hanta na B wanda zai iya kiyaye lafiyar mutum da kuma hana matsalolin lafiya a nan gaba.

Me ya sa mutane za su yi gwajin cutar hanta na B?



Cutar hanta na B ana iya sarrafa shi kuma ana iya magance shi!

Yawancin mutane ba su da alamun cutar



Kada ku jira har sai kun ji rashin lafiya.



A gwada a yanzu!



Akwai amintaccen rigakafi mai inganci wanda zai iya kare masoya.

Yin gwaji a yanzu zai iya kiyaye kan ka da lafiyar danginka!



Rubutun malami



Jama'a suna gani:

"To, me ya sa mutane za su yi gwajin cutar hanta na B?

Ana iya tsaukaka cutar hanta na B ta hanyar ganin likita, da shan magani, idan an bukata.

Yawancin mutanen da suka kamu da cutar ba su da wata alama, don haka gwaji ita ce kawai hanyar da za a san ko kana da cutar.

Idan wani ya kamu da cutar, labari mai dadi shine amintaccen rigakafi kuma mai inganci wanda zai iya kare kaunataccen.

Yin gwaji a yanzu zai iya taimaka wa kanka da danginka cikin koshin lafiya!"

Yanzu da kuka san mahimmancin yin gwajin cutar hanta na B....

Yi shirin yin gwaji!



Yi alkawari ga iyali da abokai.



Tambayi a ziyarar likita ta gaba.



Nemo wani taron gwajin cutar hanta na B kyauta kusa da ku.

♥ Zai iya ceton rayuwar ka!



Rubutun malami



Jama'a suna gani:

“Yanzu kun san mahimmancin a yi gwajin cutar hanta na B...ku yi shirin a gwada!

Za ka iya:

- Yi alƙawari don gwadawa, don kanku, 'yan uwa da abokai
- Nemi taron gwajin cutar hanta na B kyauta kusa da ku
- Tambayi game da gwaji a ziyarar likitan ku na gaba

Kada ku ji tsoron bayar da shawarwari don lafiyar ku! Yin gwaji zai iya ceton rayuwar ku.”

Tambayoyin Tattaunawa



1. Wadanne abubuwa ne ya baku mamaki game da cutar hanta na B?
2. Menene wasu damuwarku ko tambayoyinku game da yin gwajin cutar hanta na B?
3. Bayan kallon wannan gabatarwar, ta yaya za a iya gwada ku?



Rubutun malami

Tambayoyin Tattaunawa



1. Wadanne abubuwa ne ya baka mamaki game da cutar hanta na B?

2. Menene wasu damawar ku ko tambayoyinku game da yin gwajin cutar hanta na B?

3. Bayan kallos wannan gabatarwa, ta yaya za a iya gwada ku?



Jama'a suna gani:

Idan kun ji dadi, da fatan za a yi tambayoyi masu zuwa waƙanda aka yi niyya don haɓaka tattaunawa ta buɗe kuma a kwadaitar da memba na al'umma don yin sauran tambayoyin.

**Wannan ya kawo karshen karatun mu a yau.
Ina so in tambaye ku:**

"Mene ne abu daya da kuka samu mamaki game da cutar hanta na B?

"Mene ne damuwarku ko tambayoyi game da yin gwajin cutar hanta na B?

"Bayan duba wannan gabatarwa, ta yaya zaku iya gwadawa?



Nagode!

Ci gaba da koyo game da cutar hanta na B,
a gwada, kuma ku karfafa masoyanku
su yi haka!

Rubutun malami



Jama'a suna gani:

"Na gode da lokaci wadda kuka bayas don koyo game da cutar hanta na B a yau.

Da fatan za a koma zuwa ga takaddun gaskiya daga CDC da cutar hanta na B Foundation don karin bayani game da cutar hanta na B, da albarkatun don gano gwaji.

(Ka ba su takardun shaida da katin d'auka)

Ka tuna ka yi amfani da ni a matsayin hanya don cutar hanta na B, kuma a karfafa wasu su koyi game da cutar hanta na B kuma a gwada su!"