



Maambukizi ya Hepatitis B - Unachohitaji kujua



Hepatitis B ni nini?

- * Hepatitis B ni maambukizi ya virusi vya ini
- * Bila kutibiwa inaweza kusababisha ugonjwa mbaya wa ini na saratani ya ini
- * Hepatitis B ni moja ya magonjwa ya kawaida duniani. Inapatikana zaidi barani Afrika kuliko sehemu zingine

Hepatitis B inaenezwaje?

- * **Barani Afrika, Hepatitis B mara nyingi huambukizwa wakati wa kuzaa au katika utoto wa mapema.**
- * Watu wengi HAWAJUI wana maradhi ya hepatitis B.
- * Kwa kawaida, **hakuna dalili kwa muda mrefu baada ya kuambukizwa**

Hepatitis B huenezwa kwa njia zifuatazo:

Damu

Mgusano wa moja kwa moja wa damu na mtu aliyeambukizwa



Mama kwa mtoto wakati wa kuzaliwa



Tattoo, kutoboaa, vinyozi, unyago, upashaji tohara



Mnaoishi nao – kugawana nyembe, mswaki, vipuli



Kuwekwa hatarini ukipokea ama kupeana huduma za afya



Kubadilishana sindano

Ngono isiyo salama

Kugusa moja kwa moja na maji maji ya ngono ya mtu aliyeambukizwa



Ngono isiyo salama
Kuna hatari wakati wa aina yoyote ya ngono

Hepatitis B haienezwi kwa:

Chakula au kushiriki milo na mtu aliyeambukizwa



Kupigiaa chafya au kukoholea mtu



Kushikana mikono



Kukumbatiana



Kubusu



Maji.

Kunywa kutoka kikombe kimoja na mtu aliyeambukizwa au kutumia choo kimoja

Je, Hepatitis B inaweza kuponywa?

- Hakuna tiba ya maambukizi ya hepatitis B.
- Dawa za mitishamba hazifanyi kazi dhidi ya virusi hivi.



Haiwezi kutibiwa.



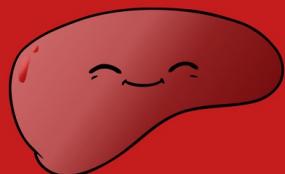


HATA HIVYO....

- Dawa ya hepatitis B inaweza kuweka afya yako imara kwa muda mrefu.
- Akina mama wanaweza kupata matibabu ili kuepuka kuambukiza hepatitis B kwa watoto wao.
- Watoto wanaweza kuchanjwa dhidi ya hepatitis B



Binadamu hawezi kuishi maisha mazuri na kupata afya bora bila maini yake.



Jinsi ya kulinda ini lako ...

Ini lako hufanya kazi nyingi muhimu:

Kusaga chakula

Inadhibiti nishati mwilini



Hujenga misuli



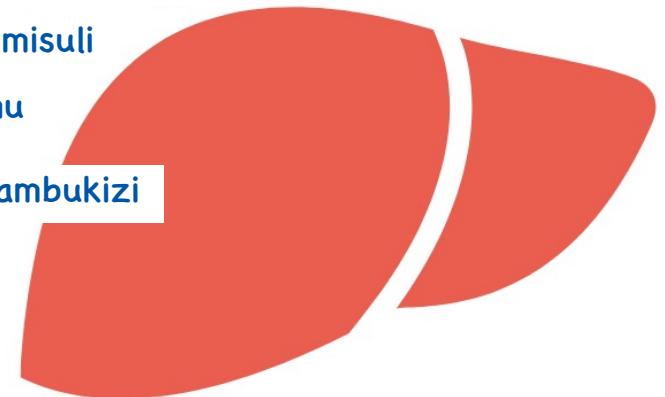
Husawazisha sumu

Inapambana na maambukizi

Huwezesha dawa kufanya kazi

Huhifadhi vitamini

Husaidia damu kuganda



Unaweza kuweka afya yako imara kwa:

1. Kupimwa Hepatitis B.
2. Kuchukua dawa mara kwa mara ikiwa inahitajika
3. Kuonana na mtaalamu wa afya kwa uchunguzi ikihitajika
4. Kuishi maisha yenye afya:
 - Kula lishe bora
 - Kufanya mazoezi ya mwili
 - Epuka pombe na sigara

Unaweza kuishi maisha marefu na ya kawaida na maambukizi ya Hepatitis B ikiwa utatibiwa inapohitajika.

Himiza familia yako kupata kipimo rahisi cha damu

Kwa pamoja tunaweza kuangamiza Hepatitis B!!

