โรคไวรัสตับอักเสบบี ข้อมูลสำหรับผู้ป่วยและหลักการปฏิบัติตัว

เอกสารเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับโรคติดต่อโดยเจ้าหน้าที่แพทย์ควบคุมโรคติดต่อ

เหตุใดคุณจึงได้รับข้อมูลฉบับนี้

จากการตรวจเลือดพบว่าคุณเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี เอกสารฉบับนี้เป็นข้อมูลที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับโรคไวรัสตับอักเสบบี
และสิ่งที่คุณผู้ที่เป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีควรคำนึงถึง

โรคไวรัสตับอักเสบบีคืออะไร

ไวรัสตับอักเสบบีเป็นไวรัสที่พบในตับ ในเลือด และในของเหลวในร่างกายบางชนิด (เช่น น้ำอสุจิ)
คนเราสามารถเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีเป็นเวลานานโดยไม่รู้ตัว แม้ว่าคุณจะไม่มีอาการ แต่โรคไวรัสตับอักเสบบีเป็นโรคที่สามารถติดต่อได้สูง
หลังจากติดเชื้อนานหลายปีสามารถทำให้ตับมีปัญหาได้

คนเราสามารถติดโรคไวรัสตับอักเสบบีได้อย่างไร

หลายคนเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี มีประมาณ 300 ล้านคนทั่วโลกที่เป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี ตามตัวเลขขององค์การอนามัยโลก /WHO ในปี
2019 คนส่วนใหญ่ติดเชื้อจากมารดาระหว่างคลอด
โรคไวรัสตับอักเสบบียังสามารถติดต่อได้จากการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัย
การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันไม่ว่าจะเป็นเพศสัมพันธ์ทางช่องคลอดหรือทวารหนัก
และบางครั้งการมีเพศสัมพันธ์ทางปากก็สามารถแพร่เชื้อไวรัสตับอักเสบบีได้เช่นกัน
โรคไวรัสตับอักเสบบีสามารถแพร่เชื้อผ่านทางเลือดได้ หากสัมผัสกับเลือดที่มีเชื้อไวรัสตับอักเสบบีผ่านเยื่อเมือก เช่น ในตา จมูก หรือปาก
หรือแผลเปิด นอกจากนี้ยังสามารถเกิดขึ้นได้เมื่อใช้เข็มฉีดยา แก้วผสม หรืออุปกรณ์อื่น ๆ ร่วมกัน
โรคไวรัสตับอักเสบบีจะ**ไม่**ติดต่อเมื่อพบปะสังสรรค์กับเพื่อนฝูง เช่น ผ่านการกอดและจูบ หรือใช้แก้ว/จาน/ช้อนร่วมกัน
และจะไม่ติดต่อหากมีเลือดโดนผิวหนังที่ไม่มีบาดแผลหรือจากการใช้ห้องน้ำร่วมกัน

สิ่งที่ฉันควรคำนึงถึงเพื่อป้องกันไม่ให้แพร่เชื้อสู่ผู้อื่น

คุณจะต้องปฏิบัติตาม**หลักการปฏิบัติตัว**ที่ได้รับจากแพทย์ของคุณ:

- คุณจะต้องมาพบแพทย์ตามนัด
- คุณต้องบอกคนที่คุณจะมีเพศสัมพันธ์ด้วยว่าคุณเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี
- คุณต้องใช้อุปกรณ์ป้องกัน/ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์หากคู่ของคุณไม่มีภูมิคุ้มกัน กล่าวคือ
  ไม่เคยเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีหรือไม่เคยได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี
- คุณจะต้องแจ้งว่าคุณมี “เลือดติดเชื้อ” เมื่อเข้ารับบริการรักษาพยาบาลหรือทันตกรรม
  ซึ่งเจ้าหน้าที่อาจสัมผัสกับเลือดของคุณผ่านการเก็บตัวอย่างส่งตรวจหรือการผ่าตัด
- คุณจะต้องแจ้งว่ามี “เลือดติดเชื้อ” หากต้องการสัก เจาะร่างกาย เจาะหู หรือบริการอย่างอื่นที่อาจมีเลือดออกทางผิวหนังได้
- ห้ามใช้ใบมีดโกนหรือแปรงสีฟันร่วมกับผู้อื่น
- หากมีบุคคลใดโดนเลือดของคุณจากบาดแผลผิวหนัง ตา หรือปาก คุณจะต้องแจ้งให้บุคคลนั้นทราบว่า
  เลือดของคุณติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบี แนะนำให้บุคคลนั้นล้างออกทันทีด้วยน้ำเปล่า ให้เขา/เธอติดต่อศูนย์อนามัย/สุขภาพ
  คลินิกติดเชื้อที่ใกล้ที่สุดหรือติดต่อ 1177 Vårdguiden (สายด่วนสุขภาพ) เพื่อรับวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีฟรีโดยเร็ว
- หากฉีดยาจะต้องใช้กระบอกฉีดยาและเข็มฉีดยาของตนเอง อย่าใช้ร่วมกับผู้อื่น ห้ามใช้แก้วผสมและอุปกรณ์อื่น ๆ ร่วมกัน
- ห้ามคุณบริจาคเลือด อสุจิ หรือไข่
- ในบางกรณีอาจบริจาคอวัยวะหรือเนื้อเยื่อเพื่อการปลูกถ่ายได้
- คุณต้องแจ้งให้แพทย์ผู้รักษาทราบหากมีคู่หรือบุคคลในครอบครัวของคุณ
  ที่อาจจำเป็นต้องฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี

นอกจากนี้ยังมี**คำแนะนำด้านสุขอนามัย**ที่ผู้ป่วยควรปฏิบัติเพื่อไม่ให้แพร่เชื้อสู่ผู้อื่น:

- ใช้ผ้าพันแผลปิดแผลให้เรียบร้อยทุกแผล
- หากมีบุคคลใดช่วยทำแผลให้คุณ บุคคลนั้นจะต้องสวมถุงมือยาง
- จัดเก็บวัสดุเปื้อนเลือดด้วยความระมัดระวังก่อนทิ้ง
- หากเสื้อผ้าเปื้อนเลือดให้ซักด้วยเครื่องซักผ้า
- คราบเลือด เช่น คราบเลือดบนพื้นให้เช็ดด้วยวัสดุที่ใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง จากนั้นล้างให้สะอาดด้วยน้ำและน้ำยาทำความสะอาด

สิ่งที่ฉันควรคำนึงถึงก่อนมีเพศสัมพันธ์กับคู่

คุณมีหน้าที่แจ้งให้คู่ของคุณทราบว่าคุณเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี หากคู่ของคุณไม่มีภูมิคุ้มกันโรคไวรัสตับอักเสบบี (กล่าวคือ
ไม่เคยเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีหรือไม่เคยได้รับวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบี) จำเป็นต้องใช้ถุงยางอนามัย
ทางที่ดีควรพาคู่ของคุณไปพบแพทย์/คลินิก เพื่อให้คู่ของคุณได้รับวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีฟรีก่อนที่คุณจะมีเพศสัมพันธ์
หากคุณได้สัมผัสกับบุคคลที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ เช่น ผ่านการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่สวมถุงยางอนามัยกับคนที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีน
บุคคลนั้นก็สามารถรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีได้ฟรีภายหลังเพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ
วัคซีนจะมีผลดีที่สุดหากได้รับการฉีดภายในสองวัน

ฉันต้องไปตรวจสุขภาพกับแพทย์บ่อยแค่ไหน

แพทย์ของคุณเป็นผู้ตัดสินว่าคุณต้องจะพบแพทย์บ่อยแค่ไหน โดยปกติจะเป็นปีละครั้งแต่ในบางกรณีอาจจำเป็นต้องพบบ่อยขึ้น

โรคไวรัสตับอักเสบบีเป็นอันตรายหรือไม่

คนส่วนใหญ่ที่เป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีจะไม่เคยเกิดปัญหาเกี่ยวกับตับ แต่บางคนอาจมีปัญหาหลังจากติดเชื้อมาหลายปีแล้ว
ในกรณีที่เลวร้ายที่สุดผู้ที่มีปัญหาอาจเป็นโรคตับแข็งหรือมะเร็งตับได้
เมื่อคุณได้พบกับแพทย์เป็นประจำ แพทย์จะตรวจสุขภาพของตับของคุณ และดำเนินการให้คุณได้รับการรักษาหากจำเป็น

มีการรักษาโรคไวรัสตับอักเสบบีหรือไม่

หากจำเป็นผู้เป็นโรคนี้จะได้รับการรักษา คนส่วนใหญ่ไม่จำเป็นต้องรับการรักษาใด ๆ
แพทย์ของคุณจะแจ้งให้ทราบหากคุณจำเป็นต้องได้รับการรักษา
การรักษามักจะไม่สามารถรักษาให้หายขาดหรือกำจัดการติดเชื้อได้ แต่สามารถลดความเสี่ยงในการเกิดปัญหาตับได้

ฉันจะสามารถมีลูกได้หรือไม่

มีได้ โรคไวรัสตับอักเสบบีไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อการมีลูกหรือการเป็นพ่อแม่ แต่สิ่งสำคัญคือ คู่นอนของคุณจะต้องมีภูมิคุ้มกันโรคไวรัสตับอักเสบบี
(เช่น หลังฉีดวัคซีน) ก่อนที่คุณจะพยายามมีลูก
หากว่าคุณตั้งครรภ์จะมีวิธีป้องกันไม่ให้โรคไวรัสตับอักเสบบีแพร่ไปยังทารกได้
บางครั้งคุณอาจจะได้รับการรักษาโรคไวรัสตับอักเสบบีในระหว่างช่วงสุดท้ายของการตั้งครรภ์
เด็กทารกจะได้รับวัคซีนป้องกันโรคไวรัสตับอักเสบบีทันทีหลังคลอด และรับวัคซีนเพิ่มอีกหลายครั้งในช่วงปีแรก
ด้วยวิธีนี้ความเสี่ยงของการติดเชื้อในเด็กจึงต่ำมาก หากเด็กได้รับวัคซีนตามแผนที่วางไว้ก็จะสามารถให้นมแม่แก่เด็กได้ตามปกติ

ฉันสามารถทำงานหรือทำกิจกรรมยามว่างใด ๆ ตามปกติได้หรือไม่

โดยปกติแล้วผู้เป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีจะทำงานใดก็ได้
ถ้างานที่คุณทำนั้นอาจมีความเสี่ยงที่คุณโดนของมีคมและเลือดออกไปโดนผู้อื่นให้ปรึกษาเรื่องนี้กับแพทย์ของคุณ
ให้ปรึกษาด้วยเช่นกันหากคุณไม่แน่ใจว่าคุณสามารถที่จะศึกษาอบรมสำหรับอาชีพเฉพาะใด ๆ ได้หรือไม่
คุณไม่จำเป็นต้องแจ้งให้นายจ้างทราบว่าคุณเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี
หากคุณต้องการเล่นกีฬาที่อาจทำให้บาดเจ็บมีเลือดออกได้ ให้ปรึกษาแพทย์ของคุณ
แพทย์ของคุณสามารถตัดสินใจได้ว่าคุณจะสามารถเข้าร่วมได้หรือไม่

โรคไวรัสตับอักเสบบีมีบัญญัติในกฎหมายว่าด้วยการป้องกันและการควบคุมโรคติดต่อ – หมายความว่าอย่างไร

กฎหมายว่าด้วยการป้องกันและการควบคุมโรคติดต่อมีไว้เพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่เชื้อบางชนิด เช่น โรคไวรัสตับอักเสบบี ให้ผู้อื่น
ผู้ที่เป็นโรคไวรัสตับอักเสบบีมีสิทธิ์ได้รับการดูแลและรักษาโรคไวรัสตับอักเสบบีฟรี
คุณจะต้องปฏิบัติตามหลักการปฏิบัติตัวที่แพทย์ได้ให้ไว้ นอกจากนี้คุณจะต้องช่วยติดตามการแพร่เชื้อด้วย
หากคุณได้รับหลักการปฏิบัติตัวที่คุณคิดว่าไม่ถูกต้องคุณสามารถติดต่อแพทย์ควบคุมโรคติดต่อประจำเขต/เทศมณฑลได้
ก่อนที่การพิจารณาเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าวจะเสร็จสิ้นคุณจะต้องปฏิบัติตามหลักการปฏิบัติตัวที่คุณได้รับ

การติดตามการแพร่เชื้อ – หมายความว่าอย่างไร

การหาบุคคลอื่นที่ติดเชื้อไวรัสตับอักเสบบีเป็นเรื่องสำคัญมาก เพื่อที่พวกเขาจะได้รับการตรวจตับด้วย
และเพื่อไม่ให้การติดเชื้อแพร่กระจายต่อไปยังผู้อื่น หากคุณเป็นโรคไวรัสตับอักเสบบี
คุณต้องแจ้งแพทย์ว่าคุณเคยมีเพศสัมพันธ์กับใครหรือผู้ใดบ้าง หรือมีความเสี่ยงที่จะแพร่เชื้อ (เช่น ใช้กระบอกหรือเข็มฉีดยาร่วมกัน)
เพื่อให้พวกเขารู้ว่าจำเป็นต้องตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบี ข้อมูลที่คุณแจ้งจะถูกเก็บเป็นความลับ (การเก็บรักษาเป็นความลับ) และบุคคลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลที่คุณได้แจ้งไว้จะไม่ทราบว่าคุณเป็นใคร
ทั้งนี้แพทย์ของคุณจะดำเนินการให้ครอบครัวและพี่น้องของคุณได้รับการตรวจหาเชื้อไวรัสตับอักเสบบีด้วยหากพวกเขาอาศัยอยู่ในสวีเดน

หากต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติม

ข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโรคไวรัสตับอักเสบบีสามารถดูได้ที่
www.1177.se
www.umo.se
www.folkhalsomyndigheten.se