

### မှတ်သားထားရမည့် အရေးကြီး အချက်များ -

- ဆေးဝါးကို နေ့စဉ်ပုံမှန် သောက်သုံးရမည်ဖြစ်ပြီး၊ သင်၏ ဆေးဝါးများကို အခြားသူများနှင့် မျှဝေသုံးစွဲခြင်းလုံးဝ မပြုလုပ်ရပါ။
- သင့်အနေနှင့် ဆေးကုသမှုခံယူပြီး ၃လကြာပြီးလျှင် သွေးစစ်ဆေးမှုခံယူရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဤစစ်ဆေးမှုက သင့်ရောဂါပျောက်ကင်းမှု ရှိ၊ မရှိကို သိရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။
- အကယ်၍ အသင့်မှာ အသဲအရွတ်ရောဂါ (အသဲကျွမ်း) ဖြစ်နေပါက အသင်၏ ဆရာဝန်သည် ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်သည့်နေပုံထိုင်ပုံများကို ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပေးပြီး သင့်အား အသဲအထူးကုဆရာဝန်ထံသို့ ဆက်လက်ပြသရန် လွှဲပြောင်းညွှန်ဆိုပေးပါလိမ့်မည်။
- သင့်အား အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ပြန်လည်၍ ကူးစက်နိုင်ပါသည်။ အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ကာကွယ်ဆေး မရှိသည့် အတွက်ကြောင့် သင့်အနေနှင့် သွေးနှင့် ထိတွေ့မှုများကို ရှောင်ကျဉ်ရပါမည်။ ဥပမာ-
  - မည်သူ့သွေးနှင့်မှ ထိတွေ့ပါနှင့်။ သင်သည် မုတ်ဆိတ်ရိတ် သင်တန်းခါးများ၊ သွားပွတ်တံများ သို့မဟုတ် ဆေးထိုးအပ်များကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း မပြုလုပ်ရပါ။
  - အသင်၏ ကွဲအက်ထိရုဒဏ်ရာများ သို့မဟုတ် ထိခိုက်အနာတရဒဏ်ရာများကို ပတ်တီး၊ ပလာစတစ်တို့ဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားပြီး၊ သွေးများကို သန့်စင်ရေးပြုလုပ်သည့်အခါ လက်အိတ်များ ဝတ်ဆင်ပါ။
  - နိုင်ငံရပ်ခြားတွင် ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် သွေးနှင့်သက်ဆိုင်ရာ ကုသမှုများ ဆောင်ရွက်ရန် ရှိလျှင်၊ ရောဂါပိုးကူးစက်မှုကာကွယ်ခြင်း ကောင်းမွန်မှုရှိမရှိကို စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ သို့မှသာအခြားသူ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ သွေးမှ သင့်ထံသို့ ရောဂါကူးစက်မှုကို ကာကွယ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

### Important things to remember:

- The medication must be taken every day and you cannot share your medication with other people.
- **You will need a blood test 3 months after your treatment has finished. This will tell you if you have been cured.**
- If you have liver cirrhosis your GP will discuss with you any lifestyle changes you may need to do, and refer you to a liver specialist for follow up.
- You can be re-infected with Hepatitis C. **There is no Hepatitis C vaccine** therefore you need to avoid blood contact, for example:
  - Do not have contact with anyone else's blood. You should not share razors, toothbrushes or needles.
  - Cover your cuts or wounds using band aids, and wear gloves to clean blood.
  - If having medical or dental procedures overseas, check that there is good infection control to prevent you from being infected by blood from another person.



# အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ

## Hepatitis C

### အသဲရောဂါ

#### Liver Disease

### ကျွန်ုပ်တို့ကိုဆက်သွယ်ပါ။

ဝက်ဆိုက်(ကွန်ယက်) - [www.eccq.com.au/bbv](http://www.eccq.com.au/bbv)

phone: 07 3844 9166

Fax: 07 3846 4453

Email: [health@eccq.com.au](mailto:health@eccq.com.au)

ဤအချက်အလက်စာစောင်ကိုကွင်းစလန်ကျမ်းမာရေးဌေးကြေးပံ့ပိုးမှုနှင့် ECCQ မှ ထုတ်လုပ်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

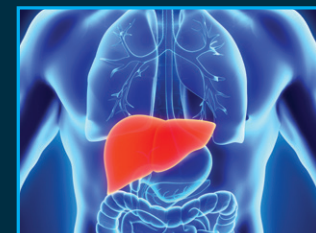
### Contact Us

Website: [www.eccq.com.au/bbv](http://www.eccq.com.au/bbv)

Phone: 07 3844 9166

Fax: 07 3846 4453

Email: [health@eccq.com.au](mailto:health@eccq.com.au)



## သင်နှင့် သင်၏မိသားစုသည် အသဲရောင် ရောဂါ ပိုးစီအတွက် စစ်ဆေးမှု ခံဘူးသလား?

သင်သိနားလည်ခဲ့ပါသလား? အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီသည် အသဲရောင် ဗိုင်းရပ် ပိုးစီကြောင့်ဖြစ်သော အသဲရောင်ဂါတစ်မျိုး ဖြစ်ပါသည်။ များသောအားဖြင့် အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီရှိသော လူများသည် နာမကျန်း ဖြစ်သည့်ပုံကို ပြလေ့မရှိပါ။ သင်သည် အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီကို သွေးနှင့်ထိတွေ့ခြင်းအပါအဝင် ရောဂါပိုးမသတ်ထားသော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကိရိယာများ အသုံးပြုခြင်းမှ ကူးစက်ရရှိနိုင် ပါသည်။ သို့သော်လည်း လူမှုရေးအသိုင်းအဝိုင်း ထိတွေ့ ဆက်ဆံမှုများဖြစ်သည့် စားစရာမျှဝေစားသောက်ခြင်း၊ လက်ဆွဲ နှုတ်ဆက်ခြင်း၊ နမ်းရှုပ်ခြင်း၊ ပွေဖက်ခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ အသုံးအဆောင်ခွက်များကို အတူတကွ သုံးစွဲခြင်းစသည်တို့မှ ကူးစက်နိုင်ခြင်း မရှိပါ။

ဆေးကုသမှု မရှိသော အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီသည် အသဲအရွတ်ရောဂါ၊ (အသဲကျွမ်း)၊ အသဲကင်ဆာ ရောဂါများ ဖြစ်ခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

## Have you and your family been tested for Hepatitis C?

Did you know? Hepatitis C is a liver disease caused by the Hepatitis C virus. People with Hepatitis C often don't look or feel sick. You can only get Hepatitis C from blood to blood contact, including unsterile medical equipment, but **NOT** from social contact such as sharing food, shaking hands, kissing, cuddling, sneezing, sharing cups, etc.

**Untreated Hepatitis C can cause liver cirrhosis, liver cancer and death.**

## သင်ဘာလုပ်နိုင်ပါသလဲ?

- သင်၏ ဆရာဝန်ထံသွားတွေ့ပြီး သင့်မှာ အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ရှိ၊ မရှိ သိရှိရန် အသဲရောင် ပိုးစီ သွေးစစ်ဆေးမှုခံယူလိုကြောင်း တောင်းဆိုပါ။
- အသင့်မှာ အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ရှိခဲ့လျှင်အသင်၏ မိသားစု ဆရာဝန် သို့မဟုတ်အသဲအထူးကုဆရာဝန်နှင့် စစ်ဆေးကုသမှု ရရှိရန်စီစဉ်ပါ။
- သင့်အနေနှင့် ဆေးကုသမှု မခံမီတွင် အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ အပါအဝင် ထပ်မံ၍ အခြားစစ်ဆေးမှုများ ပြုလုပ်ရန် လိုအပ် ပါသည်။
- ဆေးဝါးကုသမှုသည် လွယ်ကူပါသည်။ လူအများစုမှာ ၂ လ သို့မဟုတ် ၃ လမျှသာ ဆေးဝါးကုသခြင်းခံရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ဆေးဝါးကုသခြင်းမှ မလိုလားအပ်သော ဘေးထွက်အကျိုးဆက် ဖြစ်ပေါ်မှုမှာ အလွန်နည်းပါးပါသည်။ ဆေးဝါးကုသမှု ခံယူပြီး သူများ၏ ၉၅ရာခိုင်နှုန်းအထက်မှာ ရောဂါပျောက်ကင်း နိုင်ပါသည်။

## အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ဆေးကုသမှုခံယူရန် အတွက် မည်မျှကုန်ကျပါသနည်း?

- အသဲရောင်ရောဂါ ပိုးစီ ကုသမှုခံယူရန်အတွက် သြစတြေးလျ အစိုးရမှ ငွေကြေးထောက်ပံ့မှု ပေးထားပါသည်။
- သင့်မှာ ဆေးဝါးကုသမှု ကဒ်ပြား(Medicare card) ရှိခဲ့လျှင် ဆေးကုသမှုအတွက် ၁၂၅ ဒေါ်လာအောက်သာ ကုန်ကျမည် ဖြစ်ပြီး အကယ်၍ အသင့်မှာ ဈေးလျှော့ပေးသည့်ကဒ် (ဥပမာအားဖြင့် အသက်ကြီးသူများ ကိုင်ထားသောကဒ် (Senior Card) သို့မဟုတ် Health Care Card) ရှိလျှင် ဆေးကုသမှုအတွက် ၂၀ဒေါ်လာ အောက်သာ ကုန်ကျပါမည်။
- အကယ်၍ သင့်မှာ Medicare card မရှိပါက အစိုးရမှ ထောက်ပံ့မှုပေးသော အသဲရောင်ရောဂါပိုးစီဆေးကုသမှု တွက် မရရှိနိုင်ပါ။ သင့်အနေနှင့် အင်တာနက်အွန်လိုင်း ဆိုက်များဖြစ်သည့် [www.fixhepc.com](http://www.fixhepc.com) ကဲ့သို့ ဝက်ဆိုက်များမှတစ်ဆင့် ဝယ်ယူနိုင်ပါသည်။

## What can you do?

- See your GP and ask for a **Hepatitis C blood test** to find out if you have it.
- If you have Hepatitis C, your GP or a liver specialist can arrange for treatment, which can **cure** over 95% of people.
- You will need to have further tests, including hepatitis B, before you can be treated.
- Treatment is easy, for most people taking only 2 or 3 months.
- The treatment has very few side effects, and more than 95% of people will be **cured** after finishing treatment.

## How much does treatment for Hepatitis C cost?

- Treatment for Hepatitis C is funded by the government in Australia.
- **If you have a Medicare Card it will cost less than \$125 for the treatment and if you have a concession card (such as a Seniors Card or Health Care Card), it will cost less than \$20 for the treatment.**
- If you don't have a Medicare card you cannot get government funded Hepatitis C treatment, you may be able to purchase treatment online through sites such as [www.fixhepc.com](http://www.fixhepc.com).