Viral Hepatitis

Hepatitis is a disease of the liver most often caused by a virus. In severe cases, it can damage the liver. There are different types of hepatitis.

Most cases of hepatitis can be spread to other people. It is spread by sexual contact or by contact with stool, urine, blood or other body fluids of an infected person.

Signs

Common signs include:

- Body aches, weakness, tiredness
- Loss of appetite
- Nausea or vomiting
- Diarrhea or constipation
- Dark urine
- Light colored stool
- Fever
- Headache
- A dull ache in the right upper side of the abdomen
- Yellow color to the skin called jaundice
- Itchy skin
- Joint pain and rashes

Some people with hepatitis have no signs.

विषाणुज हैपेटाइटिस

हैपेटाइटिस, यकृत का एक रोग है, जो अधिकांशतः एक विषाणु के कारण होता है । गंभीर मामलों में, यह यकृत को क्षति पहुँचा सकता है । हैपेटाइटिस की विभिन्न किस्में होती हैं ।

अधिकांश मामलों में हैपेटाइटिस अन्य लोगों में फैल सकता है । यह संक्रमित व्यक्ति से यौन संबंध द्वारा अथवा उसके मल, मूत्र, रक्त अथवा अन्य कायिक द्रवों के संपर्क से फैलता है ।

लक्षण

इसके सामान्य लक्षणों में निम्नलिखित शामिल हैं :

- बदन में दर्द, कमजोरी, थकान
- भूख कम हो जाना
- मतली अथवा वमन
- अतिसार (दस्त) अथवा कब्ज
- गहरे रंग का पेशाब आना
- हल्के रंग का मल होना
- बुखार
- सिर दर्द
- पेट में दायीं तरफ, ऊपर की ओर हल्का दर्द
- त्वचा पीली हो जाना, जिसे पीलिया (जांडिस) कहते हैं
- त्वचा में खुजली होना
- जोड़ों में दर्द तथा ददोरे (रैश) होना

कुछ लोगों को हैपेटाइटिस होने पर कोई लक्षण नजर नहीं आते ।

Your Care

A blood test will show your doctor what type of hepatitis you have. Your treatment will be based on your type of hepatitis and may include:

- Rest.
- Take only the medicines ordered by your doctor. Other medicines can affect your liver.
- Do not drink alcohol since it can further damage your liver.
- Do not smoke. Avoid second hand smoke.
- Eat small portions of low fat foods to decrease nausea.
- Apply cream often to itchy, dry skin.

How to Prevent the Spread of Hepatitis

If you have hepatitis or are caring for a person with hepatitis:

- Wash your hands often with soap and water. Be sure to wash your hands after contact with blood, stool, urine or saliva. Hand washing must always be done before fixing and eating food.
- The person with hepatitis should not handle food other people will eat. Throw away his or her leftovers.
- Wash dishes well with hot, soapy water and rinse.
- Wash clothing, sheets and towels used by the person with hepatitis separately.
- The person with hepatitis should not have sexual contact, including kissing, until his or her doctor says that it is safe.

आपकी देखभाल

रक्त की जाँच द्वारा आपका चिकित्सक जान सकता है कि आपको किस प्रकार का यकृत शोथ (हैपेटाइटिस) हुआ है । आपका उपचार हैपेटाइटिस की किस्म पर निर्भर होगा तथा इसमें निम्नलिखित शामिल हो सकते हैं :

- आराम करना
- केवल अपने चिकित्सक द्वारा निर्धारित दवाओं का सेवन करें । अन्य दवाओं का आपके यकृत पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है ।
- शराब न पिएँ, क्योंकि इससे आपके यकृत को और क्षति पहुँच सकती है ।
- धूम्रपान न करें । कोई और धूम्रपान कर रहा हो तो उससे दूर रहें।
- मतली कम करने के लिए थोड़ी मात्रा में कम वसा (फैट) वाले खाद्य पदार्थ खाएं ।
- खुजली युक्त, शुष्क त्वचा पर, बार – बार क्रीम का प्रयोग करें ।

हैपेटाइटिस को फैलने से कैसे रोकें

यदि आपको हैपेटाइटिस हुआ है अथवा आप इससे ग्रस्त व्यक्ति की देखभाल कर रहे हैं, तो :

- बार–बार अपने हाथों को साबुन एवं पानी द्वारा साफ करें । रक्त, मल, मूत्र अथवा लार से संपर्क होने की स्थिति में, हाथ साफ किया जाना सुनिश्चित करें । भोजन पकाने और खाने से पूर्व, हमेशा हाथ साफ करें।
- हैपेटाइटिस से ग्रस्त व्यक्ति द्वारा, अन्य लोगों के लिए भोजन नहीं बनाया अथवा परोसा जाना चाहिए । उसके बचे भोजन को फेंक दें ।
- भोजन में प्रयुक्त बर्तनों को गर्म, साबुन युक्त पानी से धोकर, साफ करें ।
- हैपेटाइटिस से ग्रस्त व्यक्ति द्वारा प्रयुक्त कपड़ों, बिछावन, तौलिये आदि को अलग से साफ करें।
- हैपेटाइटिस से ग्रस्त व्यक्ति किसी से सेक्स संपर्क–जिसमें चुंबन भी शामिल है, उस समय तक न करें जब तक कि उसकी/उसके चिकित्सक द्वारा यह घोषित न कर दिया जाए कि ऐसा करना सुरक्षित है ।

Call your doctor if you have:

- Vomiting where you cannot keep down any fluids
- Vomit that is bloody or looks like coffee grounds
- Black bowel movements
- Changes in behavior
- Increased bruising

1/2007. Developed through a partnership of Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.com**.

अपने चिकित्सक से मिलें, यदि आपको:

- वमन होता है, जिसमें आप कोई द्रव पचा नहीं पाते ।
- ऐसा वमन हो जिसमें रक्त शामिल हो अथवा वह कॉफी के रंग का हो ।
- काले रंग का मल आए ।
- व्यवहार में बदलाव आए।
- सूजन बढ़ जाए ।

1/2007. Developed through a partnership of Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.