

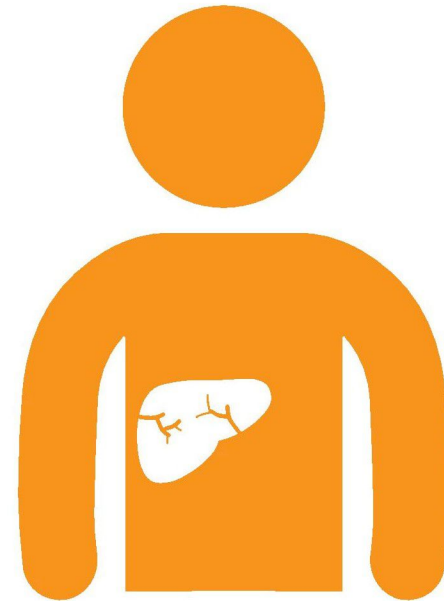


# HEPATITIS C INFORMATION FOR IMMIGRANTS AND NEWCOMERS

## CATIE

### HEPATITIS C IS A VIRUS THAT INJURES THE LIVER.

Hepatitis C is a virus that harms the liver. The liver is an organ that does many important jobs, such as helping to digest food, breaking down toxins (poisons) and drugs, fighting infections, and more. The liver is an essential organ and you cannot live without it.

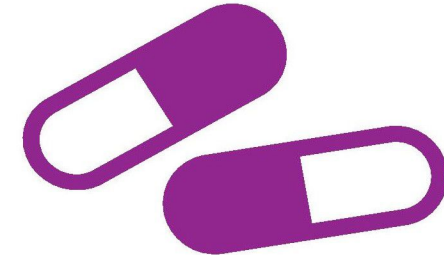


### YOU CAN HAVE HEPATITIS C AND NOT KNOW IT.

Many people can live with hepatitis C for 20 to 30 years or more without feeling sick or experiencing any symptoms, even though the virus is still injuring the liver. Over time, liver injury gets worse, making it hard for this vital organ to function.

### TREATMENT CAN CURE HEPATITIS C.

Most people need treatment to cure hepatitis C. Hepatitis C treatments are simple to take and cure more than 95% of people with the virus. They come in pill form, have few side effects and are usually taken for eight or 12 weeks. Most people don't pay out of pocket for their hepatitis C treatment. The cost is usually covered through public or private health insurance and drug company programs.



### CURE DOES NOT PROTECT AGAINST RE-INFECTION.

People do not develop immunity to hepatitis C after being cured of the virus, so it is possible to get re-infected. Taking steps to avoid getting exposed to the hepatitis C virus again will help you continue to live well once you have been cured of the virus.

### TESTING IS THE ONLY WAY TO KNOW IF YOU HAVE HEPATITIS C.

Nearly half of all people with hepatitis C in Canada are unaware of their infection. Talk to your service provider about getting tested for hepatitis C.

It usually takes **two** blood tests to tell whether you have hepatitis C.

The **hepatitis C antibody test** checks whether you have ever come in contact with the virus.

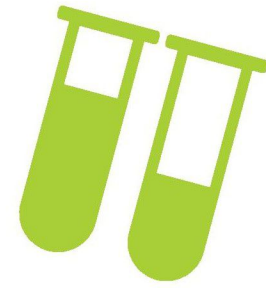
The **confirmatory test** checks whether the virus is currently in your body. If this test is positive, you have hepatitis C.

Testing is getting simpler all the time.

### HEPATITIS C IS PASSED BLOOD TO BLOOD.

**Know how to protect yourself and others.**

**Know how to identify different hepatitis C transmission risk factors.**

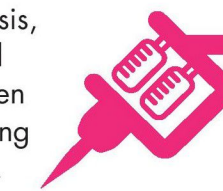
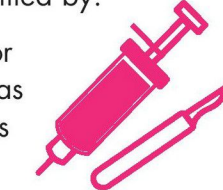


Hepatitis C does not spread through casual contact or by hugging, kissing or touching a person living with the virus. Nor does it spread if new or properly sterilized equipment is used during medical and dental procedures or drug use.

Hepatitis C can be passed when the blood of a person with the virus gets into another person's blood. It can be passed even when the amount of blood is too small to see. Hepatitis C is a strong virus—it can live outside of the body for many weeks. This means that it can be spread through dried blood.

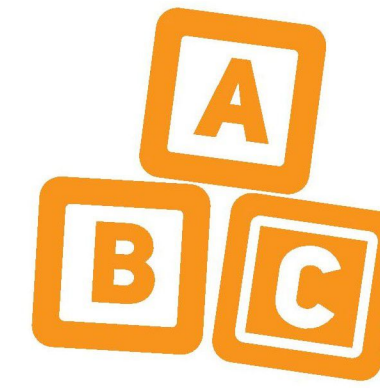
Hepatitis C can be transmitted by:

- Re-using medical, dental or surgical equipment that was not sterilized properly. This is very rare in Canada.
- Getting a blood transfusion or organ transplant that was not screened for hepatitis C. If you have received blood, blood products or an organ transplant in Canada before 1992, or in another country at any time and are not sure about the screening practices there, speak to your healthcare provider about getting tested for hepatitis C.
- Sharing equipment used for preparing and injecting drugs including needles, syringes, filters, water and cookers.
- Re-using tools for electrolysis, acupuncture, piercing and tattooing that have not been properly sterilized (including needles, ink and ink pots).



### Other ways hepatitis C can get inside the body:

- Sharing or borrowing personal care items that might have blood on them, such as razors, nail clippers and toothbrushes. This includes shaving at community barber shops when razors are re-used.
- Some practices used by traditional healers that involve cutting or piercing the skin, such as wet cupping or acupuncture.
- Sexual transmission of hepatitis C is rare. The risk increases when certain factors are present, such as HIV and STIs. Certain types of sex can also increase risk, such as condomless anal sex, sex where blood is present and chemsex (using specific drugs to enhance and prolong sex).
- Hepatitis C can be passed to a child during pregnancy or childbirth. The risk is generally low in Canada, but it may be higher in countries where healthcare practices are different. Hepatitis C does not spread through breastfeeding. However, if nipples are cracked or bleeding, breastfeeding should be stopped until they are healed.



### HEPATITIS C IS DIFFERENT FROM HEPATITIS A AND B.

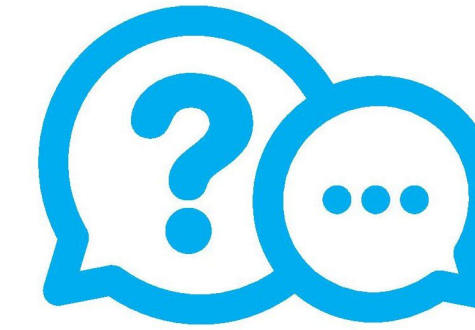
Hepatitis A is transmitted when people unknowingly ingest fecal matter, usually through contaminated water or food. Nearly all people clear hepatitis A without taking medication, and the body becomes immune to the virus.

Hepatitis B can be spread when the blood, semen or vaginal fluid of a person who has the virus enters the body of another person who does not have the virus. The virus can also be passed to a baby during childbirth. Most people who get hepatitis B as adults clear the virus on their own and their body becomes immune to the virus. The chance of developing chronic hepatitis B becomes greater if a person is exposed to the virus at a young age. Those who do develop a chronic infection can go on to have long-term liver problems. Treatment can help slow down and manage the virus, but there is no cure for a chronic infection.

There are vaccines that protect against hepatitis A and B. Speak to your healthcare provider about getting vaccinated.

There is no vaccine for hepatitis C, but there is a cure.

### SPEAK TO SOMEONE ABOUT HEPATITIS C: SEXUAL HEALTH INFOLINE ONTARIO.



In Ontario, this province-wide information line about hepatitis, HIV and sexual health offers services in Hindi, Punjabi, Urdu, Tagalog, Mandarin, Cantonese and many other languages. When you call, you may be given a specific time to talk to a counsellor in your preferred language. They can also refer you to a clinic in Ontario to get tested.

**Call toll-free in Ontario:**

**1-800-668-2437**



Monday to Friday:  
10 am – 10:30 pm  
Saturday and Sunday:  
11 am – 3 pm

**Outside of Ontario,  
contact your healthcare  
provider.**

**Managing Editor:** Fozia Tanveer  
**Design:** Ty Best (tybest.ca)  
**Layout:** David Vereschagin,  
Quadrat Communications  
© 2018, CATIE | All rights reserved. Revised in 2020

**CATIE** Canada's source for  
HIV and hepatitis C  
information

1-800-263-1638 • [www.catie.ca](http://www.catie.ca)

[f](#) [t](#) [v](#) [i](#) [o](#) /CATIEinfo

CATIE Ordering Centre No: ATI-70188  
(Aussi disponible en français : ATI-70189)

Information in this brochure is not medical advice. Decisions about treatment should always be made with the advice of a doctor who knows about Hepatitis C. Treatment changes, so talk to a doctor to get the latest information.

Production of this publication has been funded in part by the Ontario Ministry of Health. The views expressed herein do not necessarily represent the views of our funders.

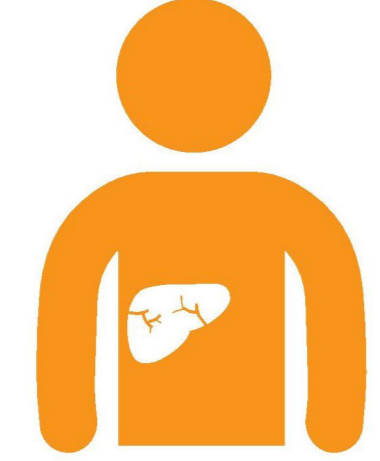


# ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਨਵੇਂ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਇੰਮੀਗਰਾਂਟਸ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ



## ● ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਜੋ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਅਜਿਹਾ ਅੰਗ ਹੈ ਜੋ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਦਾ ਹੈ, ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਗਰ ਇੱਕ ਜਰੂਰੀ ਅੰਗ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਿਉਂਦੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ।

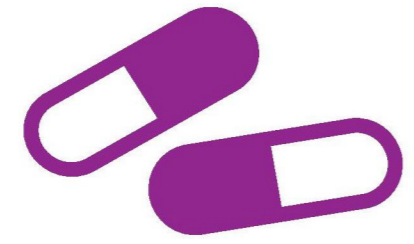


## ● ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੋਵੇ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ 20 ਤੋਂ 30 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵੀ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਅ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਕਤ ਬੀਤਣ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਦੇ ਹੋਏ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਹਾਲਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੈੜੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਬੇਹੱਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਗ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ● ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਆਸਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਪੀੜਤ 95% ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਦੀਆਂ ਗੱਲੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਘੱਟ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ 8 ਤੋਂ 12 ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਹੀ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਆਪਣੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਖਰਚਾ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਵਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



## ● ਇਲਾਜ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੇ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋਣ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰੋਗ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਤੋਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਦੁਬਾਰਾ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਜਰੂਰੀ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਭਰਿਆ ਜੀਵਨ ਜਾਰੀ ਰਹਿ ਸਕੇ।

## ● ਸਿਰਫ ਜਾਂਚ ਹੀ ਜਾਨਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮਾਤਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ ਅੱਧੇ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਇਸ ਲਾਗ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਹਨ। ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।



ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੈ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਦੋ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

**ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀ ਟੈਸਟ** ਰਾਹੀਂ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਇਸ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ।

**ਕੰਨਫਰਮੇਟਰੀ ਟੈਸਟ** ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵਾਇਰਸ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੇਕਰ ਟੈਸਟ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੈ।

ਹੁਣ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸੌਖੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

## ● ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਖੂਨ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਤੱਕ ਫੈਲਦਾ ਹੈ

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦਾ ਬਚਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਵੋ ਕਿ ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੰਚਾਰ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚੁੰਮਣ, ਸਪਰਸ਼ ਕਰਨ, ਜੱਫੀ ਪਾਉਣ ਜਾਂ ਆਮ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਨਵੇਂ ਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜਰਮ ਰਹਿਤ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਲੈਣ ਲਈ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਜਦ ਵਾਇਰਸ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਖੂਨ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਚਲਾ ਜਾਵੇ। ਇਹ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵੀ ਅਗਾਂਹ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦ ਖੂਨ ਦੀ ਮਾਤਦਾ ਇੰਨੀ ਘੱਟ ਹੋਵੇ ਕਿ ਦੇਖੀ ਵੀ ਨਾ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ। ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਇੱਕ ਤਾਕਤਵਰ ਵਾਇਰਸ ਹੈ- ਇਹ ਬਹੁਤ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਵੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਸੁੱਕੇ ਖੂਨ ਤੋਂ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ :

- ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜਰਮ ਰਹਿਤ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ, ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਸਰਜੀਕਲ ਐਂਜ਼ਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ। ਇਹ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਖੂਨ ਚੜਾਉਣ ਜਾਂ ਅੰਗ ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਜੇਕਰ ਖੂਨ ਦੀ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਜਾਂਚ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ 1992 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਖੂਨ ਜਾਂ ਖੂਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਪਦਾਰਥ ਲਏ ਹੋਣ ਜਾਂ ਅੰਗ ਟਰਾਂਸਪਲਾਂਟ ਕਰਵਾਇਆ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਥੇ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਭਰੋਸਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।
- ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਸਾਂਝਾ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਸਾਜ਼ੇ ਸਮਾਨ ਜਿਵੇਂ ਸੂਈਆਂ, ਸਿਰਿੰਜਾਂ, ਫਿਲਟਰ, ਵਾਸ਼ੋਜਜ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਕੂਕਰ



ਇਲੈਕਟਰਾਲੀਸਿਸ, ਐਕੂਪੰਚਰ, ਅੰਗ ਬਿਨਵਾਉਣ ਤੇ ਖੁਦਵਾਉਣ ਅਤੇ ਟੈਟੂ ਬਣਵਾਉਣ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਸਮੇਂ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜਰਮ ਰਹਿਤ ਨਾ ਕਰਨਾ (ਸੂਈਆਂ, ਸਿਆਹੀ ਅਤੇ ਸਿਆਹੀ ਦੀ ਦਵਾਤ ਸਮੇਤ)

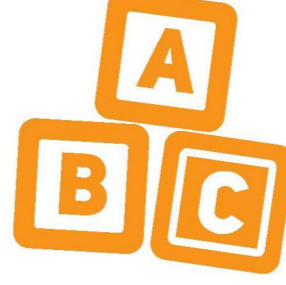
ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਇਹ ਨਿੱਜੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਖੂਨ ਲੱਗਾ ਹੋਵੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਮਾਂਗਵੀਆਂ ਲੈਣ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਸਤਰਾ, ਨੇਲ ਕਟਰ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਬਰੱਸ ਆਦਿ। ਇਹ ਨਾਈ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ੇਵ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਸਤਰੇ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਵੀ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦੇਸੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਕੱਟ ਲਾ ਕੇ ਕੁਝ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੈੱਟ ਕੱਪਿੰਗ ਜਾਂ ਆਕੂਪੰਚਰ ਆਦਿ।
- ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਦਾ ਜਿਨਸੀ ਸਬੰਧਾਂ ਰਾਹੀਂ ਫੈਲਾਅ ਆਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕੁਝ ਕਾਰਨਾਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਵਿੱਚ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਐਚ ਆਈ ਵੀ ਅਤੇ ਐਸ ਟੀ ਆਈਜ਼(ਜਿਨਸੀ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਲਾਗ)। ਕੁਝ ਸੰਭੋਗ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਡੰਮ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਗੁੱਦਾ ਸੰਭੋਗ, ਸੰਭੋਗ ਜਿੱਥੇ ਖੂਨ ਮਜ਼ੂਦ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਕੈਮਸੈਕਸ(ਸੰਭੋਗ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਲੰਮਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਨਸ਼ੇ)
- ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਮਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਘੱਟ ਹੈ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਹਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਮਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਫੈਲਦਾ। ਪਰ, ਜੇਕਰ ਨਿੱਪਲ ਫਟੇ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਤੋਂ ਖੂਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੋਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਇਹ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ।



## ● ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਏ ਅਤੇ ਬੀ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੈ

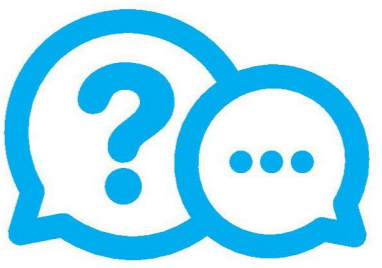
ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਏ ਪਖਾਨੇ ਦਾ ਮਾਦਾ ਬਿਨਾਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਨਿਗਲ ਲੈਣ ਤੋਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਦੂਸਿਤ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਲਗਭਗ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਏ ਬਿਨਾਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੇ ਸਾਫ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਰੋਗ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵਾਇਰਸ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖੂਨ, ਵੀਰਜ ਜਾਂ ਜਨਨ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਦਾ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੌਰਾਨ ਮਾਂ ਕੋਲੋਂ ਵੀ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਰ ਬਾਲਗ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਬੀ ਵਾਇਰਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਇਸ ਰੋਗ ਦੀ ਲਾਗ ਲੱਗ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸਦੀਵੀ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਸਦੀਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਲੰਮਾਂ ਸਮਾਂ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੀ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਲਾਜ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਮੱਧਮ ਅਤੇ ਕਾਫ਼ੂ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਪੁਰਾਣੇ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਬੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਏ ਅਤੇ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਬੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮਜ਼ੂਦ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਹੈ।



## ● ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ ਸੀ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ: ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ ਓਨਟਾਰੀਓ

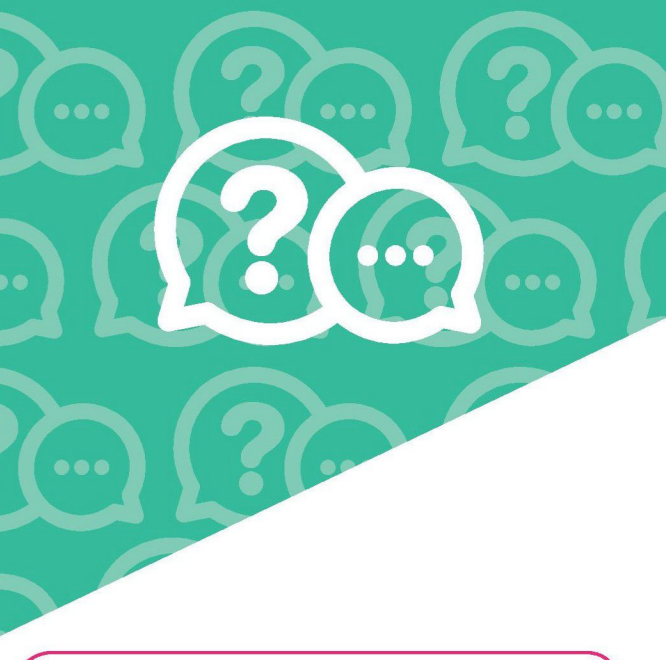
ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਸੈਕਸੁਅਲ ਹੈਲਥ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਇਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਹੈਪੈਟਾਈਟਸ, ਐਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਹਿੰਦੀ, ਪੰਜਾਬੀ, ਉਰਦੂ, ਟਾਗਾਲੋਕ, ਮੈਡਰਿਨ, ਕੈਨਟੋਨੀਜ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਫੋਨ ਕਰੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਨਪਸੰਦ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਲੈ ਕੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖਾਸ ਸਮਾਂ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਲਾਹਕਾਰ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਕਿਸੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਵੀ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਓਨਟਾਰੀਓ ਵਿੱਚ ਟੋਲ ਫਰੀ ਨੰਬਰ: **1-800-668-2437**

ਸੇਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਮਾਂ: 10AM - 10.30PM  
ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਅਤੇ ਐਤਵਾਰ: 11AM - 3PM

ਓਨਟਾਰੀਓ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਪਣੇ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।



ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਸੰਪਾਦਕ: ਫੋਜੀਆ ਤਨਵੀਰ  
ਅਨੁਵਾਦਕ: ਹਰਿੰਦਰ ਹੁੰਦਲ  
ਡਿਜ਼ਾਇਨ: ਟਾਈ ਬੈਸਟ  
ਰੂਪ-ਰੇਖਾ: ਡੇਵਿਡ ਵਰਸੈਗਨ, ਕ੍ਰਾਐਡਰਾਟ ਕਮਿਊਨਿਕੇਸ਼ਨਜ਼  
© 2018, ਕੋਟੀ | ਸਭ ਅਧਿਕਾਰ ਰਾਖਵੇਂ ਹਨ। 2020 ਵਿੱਚ ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ

**CATIE** ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਐਚ ਆਈ ਵੀ ਅਤੇ ਹੈਪੈਟਾਇਟਸ ਸੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸੂਰ  
1-800-263-1638 • [www.catie.ca](http://www.catie.ca)  
f t i n /CATIEinfo

ਕੋਟੀ ਆਡਰਿੰਗ ਕੇਂਦਰ ਨੰਬਰ: ਏਟੀਆਈ-70190

ਇਸ ਕਿਤਾਬੀ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਸਦਾ ਹੀ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਲਓ ਜੋ ਹੋਪ ਸੀ ਭਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖਦਾ ਹੋਵੇ। ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਫਾ ਅਊਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਬੰਧੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਓਨਟਾਰੀਓ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਵਿੱਤੀ ਯੋਗਦਾਨ ਰਾਹੀਂ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਚਾਰ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਸਾਡੇ ਫੰਡ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਦੇ ਹੋਣ।