

## โรคตับอักเสบซี – 1. เรื่องอะไรบ้างที่ท่านจำเป็นต้องทราบ

- 1.1 โรคตับอักเสบซีคืออะไร
- 1.2 โรคตับอักเสบซีเหมือนกับโรคตับอักเสบ เอ และบี หรือไม่
- 1.3 ท่านคิดโรคตับอักเสบซีได้อย่างไร
- 1.4 โรคตับอักเสบซีมีผลต่อร่างกายอย่างไร
- 1.5 การตรวจหาโรคตับอักเสบซี
- 1.6 โรคตับอักเสบซีกับสุขภาพส่วนตัว
- 1.7 การรักษาโรคตับอักเสบซี
- 1.8 การป้องกันโรคตับอักเสบซีในชุมชน
- 1.9 การช่วยเหลือและเข้าใจ
- 1.10 ถ้าต้องการข้อมูลเพิ่มเติม

### 1.1 โรคตับอักเสบซีคืออะไร

“โรคตับอักเสบ” หมายถึงการอักเสบของตับ อันเนื่องมาจากสารเคมี การเสพยาเสพติด การดื่มสุรามากเกินไป หรือเชื้อไวรัสต่างๆ โรคตับอักเสบซีนี้เกิดจากเชื้อไวรัสตับอักเสบชนิดซี

### 1.2 โรคตับอักเสบซีเหมือนกับโรคตับอักเสบ เอ และบี หรือไม่

โรคตับอักเสบเอ บีและซี เกิดจากเชื้อไวรัสต่างชนิดกันซึ่งล้วนแต่ทำให้เกิดอาการอักเสบของตับได้ เชื้อไวรัสแต่ละชนิดนี้ติดต่อกันได้หลายวิธี ท่านสามารถฉีดวัคซีนป้องกันโรคตับอักเสบชนิดเอและบีได้ แต่ยังไม่มียาฉีดป้องกันโรคตับอักเสบชนิดซี ท่านอาจติดเชื้อไวรัสตับอักเสบต่างชนิดกันได้ในเวลาเดียวกัน

ประมาณ 1 ใน 100 คนออสเตรเลีย และทั่วโลก มีเชื้อโรคตับอักเสบซี หลายคนไม่รู้ว่าตนเองมีเชื้อนี้ เนื่องจากต้องใช้เวลาหลายปีกว่าอาการของโรคจะปรากฏ

### 1.3 ท่านคิดโรคตับอักเสบซีได้อย่างไร

โรคตับอักเสบซี ติดต่อกันจากเลือดของผู้ที่มีเชื้อโรคนี้นี้เข้าสู่กระแสเลือดของอีกคนหนึ่ง เรียกการติดต่อนี้ว่า การสัมผัสระหว่างเลือดต่อเลือด แม้ว่าปริมาณเลือดจะน้อยมากจนมองไม่เห็นด้วยตาเปล่า แต่โรคนี้อาจแพร่ไปได้ มีความเชื่อที่ไม่ถูกต้อง เกี่ยวกับการแพร่ระบาดของโรคนี้นั้น ท่านต้องจดจำไว้ว่า

ท่านสามารถติดโรคตับอักเสบซีจาก

### กลุ่มที่มีความเสี่ยงสูง

- ในหลายๆประเทศ วิธีการติดโรคตับอักเสบซีเกิดขึ้นจาก อุปกรณ์ทางการแพทย์และทันตกรรม ที่ไม่ได้ผ่านการทำความสะอาดฆ่าเชื้อโรคและการรักษาทางแผนโบราณที่ใช้วิธีกรีดเจาะผิวหนัง ในประเทศออสเตรเลีย การบริจาคเลือด การฉีดวัคซีน และกระบวนการทางแพทย์ได้ผ่านการตรวจสอบและถือว่าปลอดภัย
- การใช้อุปกรณ์ฉีดยาที่คนอื่นใช้แล้ว รวมทั้งการฉีดสารสเตอรอยด์เป็นวิธีแพร่โรคตับอักเสบซี ที่พบได้ทั่วไปในประเทศออสเตรเลีย
- การสัก หรือเจาะร่างกาย ด้วยอุปกรณ์ที่ไม่ได้ผ่านการฆ่าเชื้อ

### กลุ่มที่มีความเสี่ยงต่ำ

- เจ้าหน้าที่อนามัย ที่ถูกเข็มฉีดยาตำ
- การผ่านเชื้อจากแม่สู่ลูก ซึ่งอาจเกิดขึ้นในระยะตั้งครรภ์หรือระหว่างคลอด
- การถ่ายเลือดในประเทศออสเตรเลีย ก่อนปี 1990
- การใช้สิ่งของเครื่องใช้ของคนอื่นซึ่งอาจมีเลือดติดอยู่ เช่น มีดโกน และแปรงสีฟัน
- การติดต่อทางเลือดในระหว่างมีเพศสัมพันธ์
- โคนตำจากเข็มฉีดยาเสพติดที่ทิ้งไว้ตามที่สาธารณะ

โรคตับอักเสบซีเกิดขึ้นในทุกๆประเทศทั่วโลก การเสี่ยงต่อการติดโรคมึทั้งในออสเตรเลียและประเทศบ้านเกิดของท่าน

ท่านไม่สามารถติดโรคตับอักเสบซีได้จาก

- การใช้ห้องน้ำร่วมกัน
- การใช้ภาชนะในการรับประทานอาหาร และดื่มร่วมกัน
- การไอ จาม และการจูบกอด
- การว่ายน้ำในสระเดียวกัน
- ขูง หรือแมลงสัตว์กัดต่อย

## 1.4 โรคตับอักเสบซีมีผลต่อร่างกายอย่างไร

- จากจำนวน 100 คนที่ติดโรคตับอักเสบซี
- หนึ่งในสี่ของจำนวนนี้ ร่างกายจะสามารถกำจัดไวรัสไปได้เอง ภายใน 12 เดือนแรก
- 75 เปอร์เซ็นต์ที่เหลือจะยังคงมีเชื้อไวรัสในร่างกายแต่อาจไม่แสดงอาการ
- ถ้าไม่ได้รับการบำบัดรักษา ประมาณ 30 คนจะแสดงอาการต่างๆ ที่สังเกตได้ระหว่าง 10-15 ปีหลังจากติดเชื้อ
- เมื่อ 20 ปีผ่านไปโดยไม่ได้รับการรักษา, ประมาณ 10คน จะมีอาการตับอักเสบรุนแรง ในห้าคนเหล่านั้นจะมีอาการตับล้มเหลวหรือมะเร็งตับ

หลายคนไม่มีอาการของโรคตับอักเสบซี แต่ถ้าเกิดมีอาการขึ้นมา อาการที่พบบ่อยสุดคือ อ่อนเพลีย (เมื่อยล้า) กลิ่นเสีย ปวดบริเวณช่องท้อง

## 1.5 การตรวจหาโรคตับอักเสบซี

ท่านควรไปตรวจหาโรคตับอักเสบซี ถ้า

- ท่านเคยได้รับการถ่ายเลือด ฉีดวัคซีน หรือผ่านกระบวนการทางแพทย์ในประเทศอื่น และท่านไม่มั่นใจว่าอุปกรณ์การแพทย์เหล่านั้นได้ผ่านการทำความสะอาดฆ่าเชื้อหรือไม่
- ท่านเคยได้รับการรักษาทางแผนโบราณ การสักเจาะร่างกายด้วยอุปกรณ์ที่ท่านไม่มั่นใจว่า ได้ผ่านการทำความสะอาดฆ่าเชื้อมาแล้วหรือไม่
- ท่านเคยฉีดยาเสพติด (รวมทั้งสารสเตอรอยด์) หรือใช้อุปกรณ์ฉีดร่วมกับผู้อื่นหรือช่วยผู้อื่นฉีดยา
- ท่านเคยอยู่ในสถานคุมขัง และฉีดยาเสพติด รวมทั้งสารสเตอรอยด์ หรือใช้อุปกรณ์ในการฉีดร่วมกับผู้อื่น หรือเคยสัก เจาะร่างกาย รวมทั้งใช้มีดโกน และแปรงสีฟันร่วมกับผู้อื่น
- ท่านไม่แน่ใจว่าอุปกรณ์ที่ใช้ในการสัก เจาะร่างกายของท่าน ได้ผ่านการฆ่าเชื้อมาแล้ว
- ท่านเคยรับการถ่ายเลือด ในประเทศออสเตรเลีย ก่อนเดือนกุมภาพันธ์ 1990

วิธีเดียวที่จะทราบว่าท่านมีโรคตับอักเสบซีหรือไม่ ก็คือ การไปตรวจเลือด ท่านสามารถสอบถามรายละเอียดพร้อมขั้นตอน

การตรวจเลือดเพื่อหาโรคตับอักเสบซีได้จากแพทย์ของท่านหรือแพทย์ทั่วไป

ท่านสามารถขอใช้บริการล่ามทางสุขภาพ ล่ามจะไม่สามารถเปิดเผยรายละเอียดของตัวท่านแก่ผู้อื่น โดยไม่ได้รับอนุญาตจากท่าน

มีคลินิกสุขภาพทางเพศบางที่บริการการรักษาให้ท่านได้ฟรีและเก็บข้อมูล

ของท่านไว้เป็นความลับ และท่านไม่ต้องแสดงบัตรเมดิแคร์

## 1.6 โรคตับอักเสบซีกับสุขภาพส่วนตัว

ถ้าท่านป่วยเป็นโรคตับอักเสบซี ท่านจำเป็นต้องรับการตรวจรักษาจากแพทย์เป็นประจำและพยายามรักษาสุขภาพให้สมบูรณ์ แข็งแรงอีกด้วย

ถ้าพบว่าท่านเป็นโรคตับอักเสบซี สภาโรคตับอักเสบซี (Hepatitis C Council) ในรัฐที่ท่านอาศัยอยู่ สามารถให้ข้อมูล และความช่วยเหลือแก่ท่านได้

## 1.7 การรักษาโรคตับอักเสบซี

มีการรักษาแบบใหม่เพื่อรักษาโรคตับอักเสบซีซึ่งถือว่ามีประสิทธิภาพ ง่ายในการปฏิบัติและมีผลข้างเคียงเพียงเล็กน้อย

ไม่เพียงแต่การรักษาแบบใหม่ที่มีโอกาส 90-95% ในการรักษาโรคตับอักเสบซีให้หายขาด ระยะเวลาในการรักษายังสั้นกว่าเก่าอีกด้วย

แพทย์ทั่วไปและผู้เชี่ยวชาญทางเฉพาะสามารถที่จะกำหนดยารักษา ให้ได้ ซึ่งทำให้ง่ายขึ้นสำหรับคนที่รับการรักษา

การรักษาแบบใหม่เรียกว่า ไคเรค-แอกติง แอนติไวรัส (direct-acting antivirals) หรือ ดีเอเอ (DAAs) และเป็นยาแบบเม็ด

ในบางกรณี ยาอื่นๆ เรียกว่า Ribavirin และ Pegylated Interferon อาจจะถูกใช้ร่วมในการรักษา Pegylated Interferon ใช้โดยการฉีด

การรักษาใช้เวลาระหว่าง 8 ถึง 24 สัปดาห์ และถูกแนะนำสำหรับ ทุกคนที่เป็นโรคตับอักเสบซี

## 1.8 การป้องกันโรคตับอักเสบซีในชุมชน

ทั่วโลก มีการป้องกันการแพร่โรคตับอักเสบซี โดย

- ตรวจสอบการรับบริจาคเลือด
- จัดหาอุปกรณ์การฉีดยาที่ผ่านการฆ่าเชื้อแล้ว และให้ความรู้แก่กลุ่มผู้ใช้ยาเสพติด (ลดโอกาสในการติดเชื้อ)
- ทำความสะอาดอุปกรณ์ทางการแพทย์ ทั้งในแผนปัจจุบันและแผนโบราณ

- ทำความสะอาดฆ่าเชื้อ เครื่องมืออุปกรณ์ที่ใช้ในการสักเจาะร่างกาย ก่อนนำมาใช้

โครงการเข็มและกระบอกฉีดยา (NSP) ได้ช่วยลดอันตรายจากการฉีดยาเสพติด ทั้งในประเทศออสเตรเลียและประเทศอื่นๆ ทั่วโลก

มีหลักฐานแสดงให้เห็นว่า โครงการเข็มและกระบอกฉีดยาในประเทศออสเตรเลีย ประสบความสำเร็จในการป้องกันการแพร่เชื้อของโรคตับอักเสบซี ความสำเร็จนี้ช่วยลดปัญหาที่เกิดจากโรคตับอักเสบซีทั้งในระดับบุคคล ครอบครัว และชุมชนได้ด้วย รวมทั้งยังช่วยประหยัดงบประมาณด้านสาธารณสุขได้หลายพันล้านเหรียญออสเตรเลีย \*

## 1.9 ช่วยเหลือและเข้าใจ

โรคตับอักเสบซี ก่อให้เกิดการดูหมิ่นเหยียดหยามและเข้าใจผิด ทำให้ผู้ติดโรคเกิดความละอายและแยกตัวออกจากสังคม กำลังใจและความเข้าใจจากครอบครัว เพื่อนฝูงและชุมชน จะเป็นแรงกระตุ้นให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไปได้ในสังคม

ปัญหาใหญ่ที่สุดของผู้ติดโรคตับอักเสบซี ก็คือ จะบอกให้ใครทราบได้บ้าง ถ้ามีใครบอกท่านว่า เขาเป็นโรคตับอักเสบซี ท่าน ต้องไม่บอกคนอื่นต่อไป นอกจากจะได้รับอนุญาต เพราะจะเป็นการทำลายความไว้วางใจที่มีต่อกัน ซึ่งอาจก่อให้เกิดความบาดหมางใจกันได้

ในประเทศออสเตรเลีย เป็นการผิดกฎหมายที่จะเลือกปฏิบัติต่อบุคคลที่มีโรคตับอักเสบซี ทั้งนี้รวมถึงการรับจ้างงานด้วย ท่านไม่จำเป็นต้องบอกใครถ้าท่านติดโรคตับอักเสบซี นอกจากท่านจะทำประกันชีวิต หรือบริจาคเลือด

เจ้าหน้าที่บริการด้านสุขภาพไม่สามารถเปิดเผยข้อมูลสุขภาพของท่านได้ หากท่านไม่อนุญาต

สภาโรคตับอักเสบซี ในรัฐที่ท่านอาศัยอยู่ สามารถให้ข้อมูลและช่วยเหลือท่านในเรื่องที่จะเปิดเผยอาการป่วยของท่าน การถูกเลือกปฏิบัติในที่ทำงานและการช่วยจัดหางานทำ บริการนี้เก็บรักษาข้อมูลของท่านเป็นความลับ

## 1.10 ถ้าต้องการข้อมูลเพิ่มเติม

หากท่านต้องการล่ามภาษาไทย โปรดติดต่อหน่วยบริการล่ามและการแปล (Translating and Interpreting Service - TIS)

โทร 131 450 (ค่าบริการ โทรในอัตราโทรท้องถิ่น)

\*Commonwealth Department of Health and Ageing: Return to investment 2: Evaluating the cost-effectiveness of needle and syringe programs in Australia 2009