

HBV>Ini adalah masalah keluarga

Apa hepatitis B itu?

Hepatitis B adalah infeksi hati yang disebabkan oleh virus hepatitis B. Infeksi ini dapat mengakibatkan kerusakan pada hati selanjutnya dan menyebabkan kanker hati. Orang – orang yang terinfeksi virus ini, tidak menyadari kalau mereka sudah terinfeksi. Pada umumnya di beberapa negara penyebaran hepatitis B adalah melalui ibu ke anak.

Pengetahuan Dasar Hepatitis

Kata 'hepatitis' berarti Peradangan hati. Fungsi hati sangat penting bagi kesejahteraan hidup anda. Fungsi hati berkemungkinan tidak bekerja dengan baik apabila peradangan atau kerusakan terjadi dan hal ini dapat mempengaruhi kesehatan Anda.

Peradangan hati dapat disebabkan oleh alkohol, obat-obatan atau virus. Virus yang sangat umum menyebabkan hepatitis di Australia adalah virus hepatitis A, virus hepatitis B dan virus hepatitis C. Semua virus ini berbeda, namun mereka mempunyai persamaan dalam mempengaruhi fungsi hati.

Hepatitis A ditularkan melalui makanan atau air yang terkontaminasi. Daya tahan tubuh akan menghilangkan virus ini dengan sendirinya setelah beberapa waktu .

Vaksinasi tersedia untuk mencegah virus hepatitis A.

Hepatitis C ditularkan melalui kontak/hubungan darah kedarah dan dapat menyebabkan kerusakan pada hati -dan kanker hati. Vaksinasi untuk mencegah hepatitis C belum ada, namun pengobatan tersedia.

Informasi mengenai hepatitis B dapat diperoleh dalam brosur ini. Vaksinasi untuk mencegah hepatitis B dan pengobatannya telah tersedia bagi penderita penyakit ini.

Apa yang akan terjadi bila anda terkena hepatitis B?

Hepatitis **B dapat menjadi akut** atau **kronis**. Seseorang yang terinfeksi virus hepatitis B akan menghilangkan virus ini dengan sendirinya dalam waktu 6 bulan dan akan meningkatkan daya tahan tubuhnya sendiri untuk melawan virus ini pada orang dewasa. Setelah mereka sembuh, mereka tidak dapat terinfeksi oleh virus hepatitis B lagi dan tidak dapat menularkannya ke orang lain. Hal ini disebut **hepatitis B akut**.

Seseorang akan dikategorikan sebagai **hepatitis B kronis** apabila infeksi terus terjadi dan melebihi 6 bulan. Infeksi kronis terjadi pada 90% bayi-bayi yang terinfeksi virus hepatitis B dan akan menyebabkan kerusakan pada hati, gagal hati (pada saat hati sudah tidak berfungsi) dan kadang-kadang dapat menyebabkan kanker hati pada saat mereka dewasa.

Usia pada saat terinfeksi	Perkiraan jumlah orang yang berkembang menjadi hepatitis B kronis
0-1 tahun	90 dari 100 orang 
1-5 tahun	60 dari 100 orang 
Dewasa	5 dari 100 orang 

Semakin muda usia seseorang pada saat mereka terinfeksi hepatitis B, semakin tinggi risikonya merusak hati, bahkan bisa berkembang menjadi kanker hati ketika mereka menginjak usia dewasa. Sebagian besar penderita hepatitis B kronis di Australia, terjadi pada seseorang yang lahir di luar negeri pada saat mereka bayi atau anak-anak.

Hepatitis B kronis dan kesehatan anda

Apabila anda sudah terinfeksi hepatitis B kronis, anda harus mengunjungi dokter sedikitnya sekali setahun karena kerusakan hati dapat terjadi kapan saja. Dokter anda akan memberikan saran terbaik dalam menjaga kesehatan dan pemeliharaan hati. Dokter juga akan memberitahu anda jika anda perlu untuk mengambil obat dan akan mengarahkan anda ke dokter ahli/spesialis hati apabila diperlukan. Kebanyakan orang yang terinfeksi hepatitis B kronis hidup sehat dan tidak perlu minum obat-obatan untuk penyakit hepatitis B.

Untuk membantu hati Anda:

- mengurangi minum minuman ber-alkohol atau tidak sama sekali
- mengonsumsi makanan yang sehat seimbang dan mengurangi lemak yang berlebihan
- menjaga berat badan yang sehat
- berhenti atau mengurangi merokok
- olah raga yang teratur
- mengatasi stress anda, mendapatkan dukungan dan beristirahat sebanyak mungkin.
- melakukan vaksinasi hepatitis A, untuk melindungi anda dari virus-virus hepatitis lainnya, yang dapat menyebabkan lebih parah dari penyakit hati.

Tidak ada yang namanya 'penderita yang sehat'

Infeksi Hepatitis B kronis adalah suatu penyakit yang kompleks, yang dapat berubah seiring berjalannya waktu, dengan beberapa periode dimana hati tidak rusak. Di masa lalu, orang yang melalui periode ini disebut sebagai 'penderita yang sehat'. Bagaimanapun, penyakit ini dapat berubah tanpa sepengetahuan anda dan anda mungkin berada pada resiko kerusakan hati. Sekarang kita baru mengetahui bahwa tidak ada yang namanya 'penderita yang sehat'. Satu - satunya cara untuk mengetahui apa yang virus hepatitis B kronis lakukan terhadap hati anda adalah dengan memeriksakan secara rutin hati anda. Meskipun anda diberitahu bahwa anda adalah 'penderita sehat' di masa lalu, anda tetap perlu memeriksakan diri ke dokter paling tidak setahun sekali.

Bagaimana anda bisa terinfeksi hepatitis B?

Virus Hepatitis B terdapat dalam cairan tubuh seperti darah, air mani dan cairan vagina dari seorang yang terinfeksi. Virus Hepatitis B penyebarannya hanya dapat terjadi ketika cairan tubuh si penderita masuk ke tubuh orang lain. Virusnya dapat ditularkan meskipun jumlah cairan tubuh yang dapat terlihat oleh mata hanya sedikit.

Semakin muda- usia seseorang pada saat mereka terinfeksi hepatitis B, semakin tinggi risikonya menjadi hepatitis B kronis pada saat mereka dewasa. Cara yang paling umum terjadi adalah:

- Pada saat kelahiran, dari seorang Ibu yang ter-infeksi kepada bayinya. Terutama di negara yang sedang berkembang.
- Pada masa kanak-kanak, dari orang ke orang melalui luka atau potongan yang tidak tertutup.

Kebanyakan orang dewasa yang terinfeksi hepatitis B, dapat menghilangkan virus dengan sendirinya . Cara yang paling umum seorang dewasa ter infeksi virus ini , adalah:

- Dengan cara berhubungan intim/seks tanpa menggunakan kondom dengan seseorang yang terinfeksi hepatitis B
- Dengan berbagi alat jarum suntik narkoba yang sama.

Hepatitis B juga dapat ditularkan dengan cara:

- Melalui penggunaan bersama barang pribadi - seperti pisau cukur, sikat gigi atau barang lainnya yang tercemar darah.
- Melalui jarum suntik, prosedur pengobatan dan perawatan gigi di negara-negara dimana yang alat-alat nya tidak disterilkan/dibersihkan dengan benar. Di Australia hal ini aman.
- Melalui transfusi darah khususnya di negara - negara yang tidak memeriksa apakah darah tersebut tercemar virus hepatitis B. Di Australia hal ini juga aman.
- Melalui praktek tradisional dimana darah mungkin terlibat misalnya: tusuk jarum/akupunktur
- Menggunakan peralatan tato yang tidak disterilkan dengan tepat. ini termasuk pembuatan tato kosmetik.

Anda tidak dapat terinfeksi virus hepatitis B melalui:

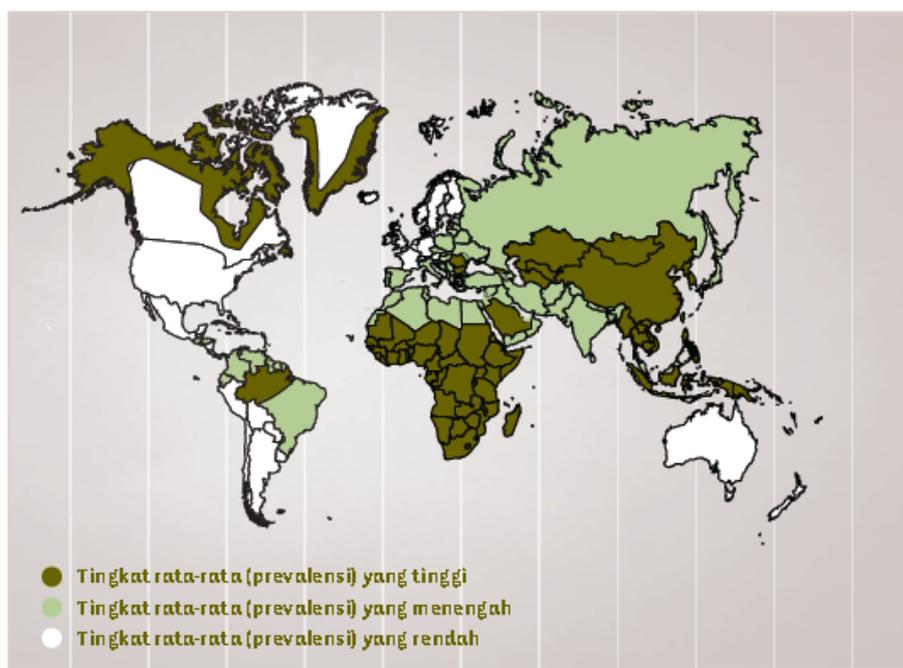
- batuk
- berpelukan
- gigitan/sengatan serangga
- penggunaan bersama kamar mandi dan fasilitas toilet
- penggunaan bersama peralatan memasak dan peralatan makan
- kolam renang

Menyusui anak adalah aman, terutama bila sang bayi telah divaksinasi dengan imunisasi hepatitis B.

Bagaimana hepatitis B secara umum di seluruh dunia?

Terdapat lebih dari 350 juta penduduk yang terinfeksi hepatitis B kronis di seluruh dunia, dan setiap tahunnya menyebabkan lebih dari 1 juta kematian. Di beberapa komunitas, cara penularan virus hepatitis B yang sering terjadi adalah melalui seorang ibu kepada anaknya pada saat melahirkan.

Peta distribusi/penyebaran hepatitis B di seluruh dunia



Sumber: WHO, 2001

Di Australia, kebanyakan hepatitis B kronis adalah mereka yang dilahirkan di negara-negara dimana hepatitis B sangat umum.

Apa saja gejala-gejala virus Hepatitis B?

Sebagian besar orang yang terinfeksi hepatitis B tidak mempunyai gejala khusus dan sebagian besar dari mereka tidak mengetahui apabila mereka sudah terinfeksi virus-hepatitis B. Namun, meskipun tidak ada gejala-gejalanya, virus itu dapat mengakibatkan kerusakan pada hati.

Gejala-gejalanya dapat datang dan pergi, mungkin sama dengan penyakit lainnya. Kemungkinan gejala – gejala dari hepatitis B kronis, seperti:

- Sakit dan nyeri pada persendian
- kehilangan nafsu makan
- rasa mual (merasa seperti anda ingin muntah)
- rasa sakit di hati (bagian atas, sisi kanan perut)
- kelelahan, depresi/tekanan batin, mudah tersinggung
- muntah-muntah

Satu-satunya cara untuk mengetahui jika anda terinfeksi hepatitis B kronis adalah dengan mendapatkan tes darah yang benar.

Pengujian/pengetesan untuk hepatitis B

Tidak semua uji/tes darah akan menunjukkan hasil bahwa anda terinfeksi hepatitis B. Dokter anda perlu melakukan tes darah secara khusus untuk mengetahui apakah anda memilikinya. Tes akan menunjukkan apakah anda terinfeksi hepatitis B kronis atau jika anda sudah kebal/mempunyai daya tahan tubuh untuk melawan serangan virus hepatitis B. Tanyakan kepada dokter anda tes apa yang perlu dilakukan untuk mengetahui apakah anda terinfeksi hepatitis B. Tes kesehatan yang diperlukan pada saat anda bermigrasi/pindah ke Australia biasanya **tidak** termasuk tes untuk hepatitis B.

Apabila anda terinfeksi hepatitis B kronis, dokter anda mungkin akan melakukan beberapa tes tambahan, untuk mengetahui sejauh mana terjadi kerusakan pada hati anda dan apakah anda perlu mengambil obat. Dokter anda dapat menerangkan setiap tes yang perlu diambil dan menjelaskan untuk apa tes tersebut dilakukan.

Anda harus melakukan tes untuk hepatitis B apabila:

- Dilahirkan atau tinggal di suatu negara dimana hepatitis B sangat umum terjadi atau di negara dimana tidak ada vaksinasi hepatitis B yang diberikan secara cuma-cuma/gratis kepada bayi dan anak-anak.
- Mempunyai orang tua atau anggota keluarga yang terinfeksi hepatitis B, penyakit hati atau kanker hati.
- Pernah berhubungan seksual dengan lawan pasangan yang terinfeksi hepatitis B, atau tinggal dengan seseorang yang terinfeksi hepatitis B kronis.
- Pernah melakukan transfusi darah, prosedur medis dan pengobatan gigi di negara yang sedang berkembang.
- Pernah mengambil bagian dalam praktek-praktek budaya yang melibatkan darah, seperti tato, dan lain lain.

Apakah ada pengobatan yang dapat membantu penyembuhan Hepatitis B?

Untuk sementara hepatitis B tidak dapat disembuhkan, tetapi tersedia pengobatan untuk mengendalikan virus ini. Pengobatan ini dapat mengurangi kerusakan pada hati dan mengurangi resiko terjadinya kanker hati. Pengobatan ini juga membantu hati untuk memperbaiki sendiri kerusakannya. Dokter anda akan memberitahukan anda apabila anda memerlukan pengobatan. Sebab itu anda perlu mengunjungi dokter anda secara rutin.

Apabila anda membutuhkan pengobatan, dokter anda akan memberikan referensi ke dokter spesialis hati. Dokter spesialis hati anda akan menjelaskan pengobatan yang tersedia dan cocok untuk anda. Anda juga harus mengunjungi dokter spesialis anda secara rutin, apabila anda sudah mulai menjalankan pengobatan. Sangatlah penting untuk terus mengkonsumsi obat tersebut setelah anda memulainya. Apabila anda mempunyai masalah dengan pengobatan anda, jangan berhenti menggunakannya; diskusikan dengan dokter anda terlebih dahulu.

Jelaskan pada dokter atau spesialis anda apabila anda juga menggunakan pengobatan alami seperti jamu atau obat-obat tradisional seperti ramuan tumbuhan, karena pengobatan tradisional mempengaruhi keadaan hati anda atau menghentikan pengobatan anda bekerja

dengan baik. Dokter dapat memberitahukan anda tentang ramuan atau obat tradisional mana yang anda harus hindari. .

Bagaimana caranya bagi kita untuk mencegah penyebaran hepatitis B?

Vaksinasi adalah cara terbaik untuk keluarga anda dan orang terdekat dengan anda untuk dilindungi terhadap hepatitis B.

Di Australia, semua ibu ditawarkan vaksinasi gratis untuk bayi mereka ketika mereka dilahirkan. Untuk perlindungan sepenuhnya, bayi akan membutuhkan dosis tertentu dalam 12 bulan pertama. Vaksin ini aman dan efektif.

Vaksinasi gratis ini juga tersedia untuk anak-anak dan remaja, serta keluarga dan orang-orang yang berhubungan dekat dengan seseorang yang terinfeksi hepatitis B. Mintalah dokter anda untuk informasi lebih lanjut.

Beberapa hal yang bisa kita lakukan untuk menghentikan penyebaran hepatitis B:

- Hindari kontak/hubungan langsung dengan darah: jangan memakai bersama barang-barang milik orang lain, seperti alat cukur, sikat gigi dan barang-barang pribadi milik orang lain.
- Tutup segala luka yang terbuka dan bersihkan segala tumpahan darah dengan bleach. Jangan biarkan orang lain untuk menyentuh luka atau darah anda kecuali mereka memakai sarung tangan.
- Membuang barang milik pribadi seperti lap kertas pembalut wanita, perban, ke dalam kantong plastik tertutup.
- Gunakan alat pengaman seperti kondom atau cairan pelumas saat berhubungan intim.
- Jangan memakai bersama jarum suntik atau peralatan untuk menyuntik narkoba.

Kepada siapa anda harus memberitahu?

Pertanyaan seperti ini umumnya sering diajukan dan sulit untuk dijawab, karena setiap orang mempunyai hubungan (relasi) dan kebutuhan yang berbeda. Berbicara dengan orang yang dapat memahami dan mendukung anda sangatlah membantu. Luangkanlah waktu anda untuk memutuskan siapa yang anda rasa dapat dipercaya.

Sementara anda tidak perlu memberitahu semua orang bahwa anda terinfeksi hepatitis B, sebaiknya anda harus mencegah penularannya kepada orang lain. Hal ini sangat penting untuk memberitahukan kepada orang yang tinggal serumah dan pasangan seksual anda, agar mereka juga dapat memeriksakan diri dan mendapatkan vaksinasi, tetapi anda tidak perlu memberitahukan orang lainnya.

Menceritakan hal ini kepada pekerja kesehatan, seperti dokter gigi dan dokter-dokter anda lainnya, dapat membantu mereka untuk memberikan perawatan medis, tetapi keputusan ada di tangan anda. Pekerja kesehatan yang terlibat dalam perawatan anda mempunyai tanggung jawab untuk melindungi privasi dan menjaga kerahasiaan informasi anda. Mereka tidak dapat mendiskriminasi anda dengan cara apapun.

Ada beberapa kasus di Negara bagian NSW dimana hukum mengatakan bahwa anda harus memberitahukan orang bahwa anda terinfeksi hepatitis B kronis.

Ini termasuk apabila:

- Perusahaan asuransi anda membutuhkan informasi tentang infeksi dan penyakit
- Anda bekerja untuk atau ingin bergabung dengan Angkatan Pertahanan Australia

- Anda ingin menyumbangkan darah atau air mani
Jika Anda tidak yakin siapa yang akan diberitahu atau bagaimana caranya memberitahukan kepada mereka, bicaralah dengan layanan yang tercantum di bawah ini untuk meminta saran/nasehat.

Informasi dan bantuan

Dokter anda dapat menjawab pertanyaan apapun yang mungkin anda miliki tentang hepatitis B, atau anda juga dapat menghubungi:

“Hepatitis NSW “

“Hepatitis Helpline” (Bantuan Hepatitis)
dari Sydney: 02 9332 1599
dari luar NSW : 1800 803 990

www.hep.org.au

“Hepatitis Australia “ (“National Info Line”)

Telepon: 1300 437 222

www.hepatitisaustralia.com

“Cancer Council Help Line”

Telepon: 13 11 20 www.cancerCouncil.com.au

“Multicultural HIV and Hepatitis Service” (Pelayanan informasi mengenai hepatitis dalam beberapa bahasa)

www.mhahs.org.au

“HALC”

Untuk pertanyaan yang berkaitan dengan diskriminasi atau masalah hukum lainnya yang berkaitan dengan hepatitis B.

Telepon : 02 9206 2060

Bebas pulsa: 1800 063 060

www.halc.org.au

“Translating and Interpreting Service (TIS)” (Layanan jasa penterjemah dan juru bahasa)

Telepon: 131 450

Untuk menghubungi salah satu layanan yang terdaftar dan berbicara dengan seseorang dalam bahasa komunitas Anda, hubungi “Translating and Interpreting Service (TIS)” dengan biaya panggilan lokal. Pada saat penterjemah berbicara dengan anda ,bertanyalah kepada dia untuk menghubungi jasa layanan yang anda inginkan.

(Jasa Penterjemah pelayanan Kesehatan)

Hepatitis B dapat menjadi kompleks dan sulit untuk dimengerti . Rumah sakit memiliki penterjemah pelayanan kesehatan yang dapat menterjemahkan semua apa yang dikatakan dokter anda dan kemungkinan pertanyaan yang anda ingin tanyakan kepada dokter Anda . Ketika Anda membuat janji, beritahukanlah kepada resepsionis jika Anda membutuhkan jasa penterjemah.