

## Hepatitis C: 1. Apa yang Anda perlu ketahui

- 1.1 Apakah hepatitis C itu?
- 1.2 Apakah hepatitis C itu sama dengan hepatitis A dan hepatitis B?
- 1.3 Bagaimanakah hepatitis C ditularkan ?
- 1.4 Apa akibat dari hepatitis C?
- 1.5 Tes hepatitis C
- 1.6 Hepatitis C dan kesehatan pribadi
- 1.7 Pengobatan untuk hepatitis C
- 1.8 Pencegahan hepatitis C di kalangan masyarakat.
- 1.9 Dukungan dan pengertian
- 1.10 untuk informasi lebih lanjut

### 1.1 Apakah hepatitis C itu ?

Istilah ‘hepatitis’ berarti radang hati. Peradangan ini bisa disebabkan oleh zat kimia, obat-obatan, terlalu banyak minum alkohol atau beberapa jenis virus. Hepatitis C, atau “hep C”, disebabkan oleh virus hepatitis C.

### 1.2 Apakah hepatitis C itu sama dengan hepatitis A dan hepatitis B?

Hepatitis A, hepatitis B dan hepatitis C adalah virus yang berlainan yang menyebabkan peradangan hati. Cara penularannya juga berbeda. Anda bisa mendapatkan vaksinasi untuk pencegahan hepatitis A dan hepatitis B, tetapi belum ada vaksin pencegahan untuk hepatitis C. Ada kemungkinan tertular virus hepatitis yang berbeda pada waktu yang bersamaan.

Sekitar satu dari seratus orang di Australia dan diseluruh dunia terinfeksi hepatitis C, dan banyak orang tidak tahu bahwa mereka terinfeksi. Seseorang bisa terinfeksi hepatitis C tanpa mengetahuinya karena gejalanya bisa memakan waktu bertahun-tahun.

### 1.3 Bagaimana anda bisa tertular hepatitis C?

Hepatitis C ditularkan sewaktu darah yang terinfeksi masuk ke aliran darah orang yang belum terinfeksi. Ini disebut darah ke darah kontak. Walaupun jumlah darahnya sangat kecil untuk dilihat dengan kasat mata, virus masih bias ditularkan. Banyak mitos tentang bagaimana penularan hepatitis C, maka sangat penting untuk diingat bahwa:

Hepatitis C **dapat** ditularkan melalui:

Resiko tinggi

- Alat-alat medis yang tidak steril atau alat-alat medis di dokter gigi dan pengobatan tradisional dengan cara menindik tubuh. Cara penularan hepatitis C diatas sering terjadi di banyak negara. Donor darah, vaksinasi, dan prosedur medis di Australia adalah aman.
- Di Australia kasus penularan Hepatitis.C lebih banyak disebabkan oleh penggunaan alat-alat suntik obat-obatan yang sudah dipakai orang lain, termasuk steroid.
- Tato dan menindik tubuh dengan alat-alat yang tidak steril.

Resiko rendah

- Petugas kesehatan yang tertusuk jarum suntik.
- Penularan dari Ibu ke anak mungkin bisa terjadi selama mengandung atau setelah melahirkan jika si Ibu terinfeksi hepatitis C.
- Transfusi darah di Australia sebelum tahun 1990.
- Menggunakan barang orang lain yang mungkin ada darah yang tertinggal, contohnya pisau cukur dan sikat gigi.
- kontak dari darah ke darah selama hubungan seks.
- Luka tertusuk jarum dari jarum bekas obat-obatan yang dibuang ditempat umum.

Hepatitis C o ada di semua Negara di dunia. Sampai saat ini di Australia masih beresiko, demikian juga di negara anda dilahirkan dan semua negara lainnya.

Hepatitis C TIDAK DAPAT ditularkan melalui:

- Pemakaian satu toilet oleh banyak orang.
- Pemakaian alat makan dan alat minum bersama.
- Batuk, bersin, berciuman atau berpelukan.
- Kolam renang.
- Gigitan nyamuk atau serangga lainnya.

## 1.4 Apa akibat dari hepatitis C?

Dari 100 orang penderita hepatitis C,

- 1 dari 4 orang dapat disembuhkan secara alami, dalam masa kurun waktu 12 bulan.
- Sisa yang 75% lagi masih terjangkit virus pada tubuhnya, tetapi kemungkinan penderita tidak merasakan gejalanya.
- Tanpa pengobatan , kira-kira 30 dari mereka akan terlihat gejalanya, yang akan dirasakan dalam waktu 10 sampai 15 tahun.
- Setelah 20 tahun, kira-kira 10 akan terserang penyakit liver tanpa adanya pengobatan, 5 dari mereka akan terkena gagal hati atau kanker hati.

Kebanyakan penderita tidak mengalami gejala hepatitis C. Jika penderita mengalami gejala, biasanya gejala yang lazim ialah: selalu lelah, rasa mual dan rasa sakit di bagian perut bawah.

## 1.5 Tes untuk hepatitis C

Tes hepatitis C perlu dilakukan apabila:

- Anda pernah menerima tranfusi atau produk darah, vaksinasi atau prosedur medis di negara lain, dan kurang yakin akan ke streilan alat-alat medisnya.
- Pernah mendapatkan perawatan tradisional, tato atau menindik tubuh secara tidak steril.
- Pernah menggunakan narkoba yang disuntikkan, atau pemakaian alat-alatnya bersama-sama, atau membantu seseorang menyuntikkan narkoba (termasuk steroid)

- Pernah di penjara dan menggunakan narkoba yang disuntikan, termasuk steroid, atau pemakaian alat-alatnya bersama-sama, punya tato atau tindik; menggunakan pisau cukur dan pemakaian sikat gigi bersama.
- Kurang yakin dengan ke sterilan alat-alat tato dan tindik tubuh.
- Menerima transfusi darah sebelum Februari 1990 di Australia.

Satu-satunya cara untuk menentukan apakah anda mempunyai hepatitis C adalah dengan tes darah. Anda bisa meminta dokter untuk menjalani tes ini. Bisa juga menanyakan ke dokter tentang hepatitis C dan tes hepatitis C.

Anda berhak meminta penerjemah, yang akan menjaga rahasia anda.

Beberapa klinik kesehatan seksual memberikan tes hepatitis C secara gratis dan terjaga kerahasiaannya. Anda tidak perlu memiliki kartu kesehatan (“medicare card”) untuk datang ke klinik kesehatan seksual.

## 1.6 Hepatitis C dan kesehatan pribadi

Sangat penting bagi penderita hepatitis C melakukan pemeriksaan rutin oleh dokter, dan menjaga kesehatannya sebaik mungkin.

Dewan Hepatitis C di daerah Anda (Hepatitis C Council) akan memberikan dukungan dan informasi tentang hidup dengan hepatitis C.

## 1.7 Pengobatan hepatitis C

Pengobatan baru sudah tersedia untuk mengobati hepatitis C. Pengobatan ini efektif, mudah untuk dilakukan dan memiliki sedikit efek samping.

Pengobatan baru ini tidak hanya memiliki kesempatan 90-95% untuk sembuh dari hepatitis C, tapi juga jangka waktu pengobatan lebih pendek dari sebelumnya.

Ini dapat diresepkan oleh dokter umum (dokter) juga oleh spesialis, yang memudahkan penderita untuk diobati.

Pengobatan baru yang disebut Direct-Acting Antivirals atau Daas dan berbentuk tablet. Di beberapa kasus, obat lain disebut Ribavirin dan pegylated interferon dapat dimasukkan dalam pengobatan. Pegylated interferon diberikan dalam bentuk suntikan.

Pengobatan membutuhkan waktu antara 8-24 minggu dan direkomendasikan untuk semua penderita hepatitis C.

## 1.8 Pencegahan hepatitis C di kalangan masyarakat

Di seluruh dunia, penularan hepatitis C dapat dicegah melalui:

- Tes darah yang akan di donasi (“screening”).
- Menyediakan alat-alat suntikan yang steril dan pendidikan bagi pemakai suntikan narkoba (mengurangi resiko).
- Praktek medis umum dan traditional yang steril.
- Tempat praktek tato dan menindik tubuh yang steril.

Program jarum dan alat suntik (“Needle and Syringe Programs” atau “NSP”) membantu mengurangi bahaya dari pengguna suntikan narkoba di Australia dan di seluruh dunia.

Sudah terbukti bahwa “NSP” di Australia cukup sukses dalam pencegahan penularan hepatitis C. Program tersebut mengurangi pengaruh buruk terhadap pribadi, keluarga dan masyarakat yang disebabkan oleh penyakit ini dan juga menghemat milyaran dolar bagi masyarakat.

## **1.9 Dukungan dan pengertian**

Hepatitis C bisa membawa aib dan salah pengertian. Membuat orang merasa malu dan terkucil. Dukungan dan pengertian terhadap penyandang hepatitis C, akan memudahkan bagi keluarga, teman, dan masyarakat kita.

Masalah terbesar bagi penderita hepatitis C adalah kepada siapa kita bisa mengatakannya (menyingkapkan). Jika seseorang mengatakan kepada anda bahwa dia menyandang hepatitis C, jangan memberi tahu orang lain kecuali jika Anda diizinkan dari penderita. Merusak kepercayaan seseorang mengakibatkan tekanan batin yang berat bagi penderita.

Di Australia diskriminasi terhadap penyandang hepatitis C dianggap melanggar hukum. Termasuk juga di lapangan kerja. Penyandang hepatitis C tidak perlu memberi tahu keadaannya kepada siapapun juga, kecuali untuk pengajuan asuransi hidup atau kalau Anda menyumbangkan darah.

Pekerja pelayanan kesehatan tidak diperbolehkan mengungkapkan keadaan kesehatan anda kepada siapapun tanpa persetujuan anda.

Dewan Hepatitis C di daerah Anda (“Organisasi Hepatitis C”) dapat memberi Anda informasi secara rahasia dan dukungan tentang pengungkapan, diskriminasi dan pekerjaan.

## **1.10 Informasi lebih lanjut**

Jika Anda ingin menghubungi pelayanan tersebut dalam bahasa Indonesia, bisa menelepon penterjemah atau “Translating and Interpreting Service” (“TIS”) di nomor 131 450 (sama dengan ongkos telepon lokal). Dengan bantuan penterjemah anda bisa disambungkan ke nomor telpon yang anda minta. Dan anda bisa berbicara dengan pelayanan yang anda inginkan.