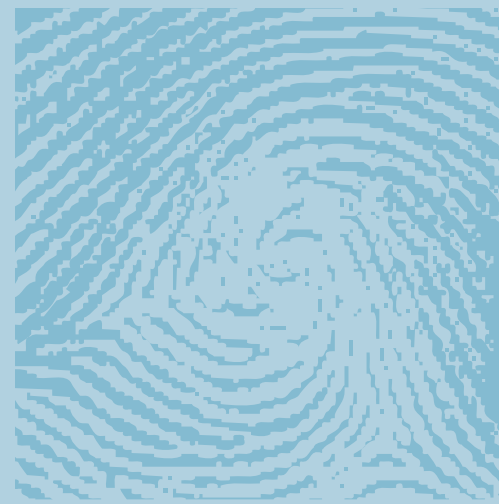


Sự thật về - Viêm gan C (Hepatitis C - the facts)

Tháng Bảy (July) 2003

Vietnamese



Bệnh viêm gan là gì?

Viêm gan có nghĩa là gan bị sưng. Nếu gan không làm việc đúng cách, nó có thể gây bệnh trầm trọng kể cả gây thiệt mạng. Uống rượu hay sử dụng ma túy có thể gây bệnh viêm gan. Bệnh này cũng có thể do nhiễm siêu vi khuẩn. Có nhiều loại viêm gan do siêu vi khuẩn như viêm gan A, B, C, D và E. Tất cả siêu vi khuẩn gây các triệu chứng giống nhau, nhưng lại lây nhiễm theo cách khác nhau. Do đó việc đề phòng bị nhiễm trùng cũng khác nhau. Phiếu chỉ dẫn này chỉ nói về bệnh viêm gan C (Hepatitis C) mà thôi.

Bệnh viêm gan C gây các triệu chứng gì?

Trong hầu hết trường hợp, nhiều người bị viêm gan C không bị đau ốm, trong khi một số khác lại có triệu chứng giống như bị 'cúm' nhẹ mà không cần phải điều trị. Lúc mới bị nhiễm siêu vi khuẩn viêm gan C, nước tiểu của một vài người có thể có màu xậm, lòng trắng mắt và da bị vàng. Trong vòng vài tuần, các triệu chứng nói trên biến mất nhưng điều này không có nghĩa là người bệnh cũng đã hết bị nhiễm trùng. Nếu quý vị có các triệu chứng của bệnh viêm gan, hoặc nghĩ rằng mình đã gặp nguy cơ, phải đến gặp bác sĩ để khám bệnh. Có thể xác nhận bệnh viêm gan bằng cách thử máu. Khi chứng sưng gan kéo dài trên sáu tháng, người ta gọi bệnh này là viêm gan C mãn tính (chronic hepatitis C).

Các triệu chứng của bệnh viêm gan C mãn tính có thể gồm có:

- Mệt mỏi từ nhẹ đến nặng
- Ăn mất ngon
- Buồn nôn và ói mửa
- Đau nhức dưới bẹn sườn
- Nóng sốt; hay
- Đau bên trong các đốt xương.

Viêm gan C có nguy hiểm hay không?

Trên 70% những người bị nhiễm trùng sẽ tiếp tục mang siêu vi khuẩn trong máu của họ và trở thành người mang mầm bệnh lâu dài hay mãn tính. Người ta tin rằng có đến khoảng 15 đến 20% những người mang mầm bệnh mãn tính sẽ bị chứng xơ gan (còn gọi là chai gan) (cirrhosis) và chứng này sẽ làm cho gan có sẹo (sẹo). Phải cần 20 năm mới tiến đến giai đoạn này. Sau một vài năm bị chứng xơ gan, một số bệnh nhân có thể bị ung thư gan. Những người mang mầm bệnh viêm gan C có thể sẽ là người lây bệnh trong suốt cuộc đời của họ và do đó, có thể lây nhiễm cho người khác nếu họ không cẩn thận.

Bệnh viêm gan C lây nhiễm bằng cách nào?

Máu

Siêu vi khuẩn viêm gan C có ở trong máu của người mang bệnh. Nếu máu bị nhiễm trùng lọt vào đường máu của người khác thì người đó có thể bị nhiễm siêu vi khuẩn. Phần đông những người bị bệnh viêm gan C ở Úc bị lây

nhiễm vì dùng chung các dụng cụ chích, chẳng hạn như ống, kim chích và muỗng.

Một số người không ra đời tại Úc, và những người đã bị nhiễm trùng tại xứ sở của họ, có thể đã bị nhiễm trùng qua việc sử dụng các dụng cụ chích không được khử trùng trong chương trình chủng ngừa hoặc trong các môi trường trị liệu. Viêm gan C cũng có thể lây nhiễm bằng cách:

- Dùng các dụng cụ để xăm hình lên da (tattoo) hay xỏ lỗ vào da không được lau rửa hay tẩy trùng đúng cách.
- Dùng chung bàn chải đánh răng, dao cạo hay các đồ dùng cá nhân có thể đã dính máu của người mang mầm bệnh đã sử dụng trước đó.
- Máu của một người dính lên chỗ vết cắt của người khác.

Những người được sang máu tại Úc có nguy cơ lây nhiễm bệnh viêm gan C rất thấp vì máu của người tặng đã được thử nghiệm tìm loại siêu vi khuẩn này kể từ Tháng Hai 1990.

Giao hợp tình dục

Khi giao hợp tình dục, nguy cơ bị lây nhiễm viêm gan C rất thấp. Tuy nhiên, nguy cơ này có thể cao hơn nếu bị chảy máu, ví dụ như lúc có kinh.

Người mẹ sang đứa con nhỏ

Các bà mẹ mang mầm bệnh, trong trường hợp hiếm hoi, có thể truyền bệnh viêm gan C cho đứa

con nhỏ của họ trong thời gian mang thai hoặc trong lúc sinh con. Cho con bú sữa mẹ hiếm khi bị lây nhiễm siêu vi khuẩn này.

Làm thế nào tôi có thể tránh bị lây nhiễm bệnh viêm gan C?

Hiện nay chưa có thuốc chủng để ngừa bệnh viêm gan C.

- Dùng dụng cụ bàn chải đánh răng, dao cạo, cây gũa hay kéo cắt móng tay vì chúng có thể đâm vào da và gây nhiễm trùng.
- Nếu quý vị tham gia sinh hoạt xâm hình hay xô lỗ trên da, nhổ lông bằng máy điện hoặc châm cứu, luôn luôn đoan chắc là bất cứ dụng cụ nào dùng để đâm vào da thịt đều đã được lau sạch hay khử trùng trong lúc sử dụng.
- Các nhân viên y tế phải làm theo tiêu chuẩn hướng dẫn về kiểm soát sự nhiễm trùng.
- Khi có thể, nên mang loại bao tay dùng một lần rồi bỏ nếu quý vị áp dụng phép sơ cứu (first aid) cho người khác hoặc lúc lau chùi máu hay dung dịch của cơ thể.
- Dùng bọc cao-su ('áo mưa') mỗi khi giao hợp qua hậu môn, âm đạo hay miệng. Những người bị bệnh viêm gan C và những người đã có mối liên hệ vợ chồng ổn định và lâu dài nên nghĩ đến cũng như nên thảo luận về việc dùng 'áo mưa' với bác sĩ của họ.

Những người chích ma túy

- Luôn luôn rửa tay trước và sau khi chích.
- Dùng bao gờ dùng chung kim và ống chích, muỗng, miếng băng nhỏ để lau, miếng lọc, băng cột trước khi chích (tourniquet) và nước. Các món nói trên hiện có sẵn tại một số tiệm thuốc tây và các địa điểm của Chương trình Kim và Ống chích (Needle and Syringe Program). Muốn biết thêm chi tiết về những nơi có sẵn kim và ống chích mới hoặc nếu cần

biết cách khử trùng các món nói trên, xin liên lạc với DIRECTLINE qua số 1800 888 236.

Lau rửa và tẩy sạch máu bị vung vãi

- Mang loại bao tay chỉ sử dụng một lần và dùng giấy thấm để lau sạch chỗ máu vung vãi rồi bỏ giấy dơ vào một bao nhựa.
- Rửa chỗ đó bằng nước ấm và thuốc tẩy, lau lại bằng nước rồi lau khô.
- Bỏ bao tay đã sử dụng vào bọc nhựa, dán kín lại rồi cho vào thùng rác.
- Rửa tay bằng nước xà-phòng ấm sau đó lau thật khô.

Có thể thử nghiệm để tìm bệnh viêm gan C hay không?

Được. Dùng thử nghiệm kháng thể (antibody) có thể cho biết quý vị có bị nhiễm trùng hay không. Sau khi bị nhiễm trùng, phải cần khoảng hai đến ba tháng (đôi khi lâu hơn) trước khi thử nghiệm máu cho thấy có kháng thể bệnh viêm gan C. Nếu thử nghiệm kháng thể viêm gan C cho kết quả dương tính, các phòng thí nghiệm chuyên môn có thể làm thử nghiệm bổ túc có tên là PCR hepatitis C để quyết định xem siêu vi khuẩn này còn ở trong máu hay trong gan của quý vị hay không.

Tôi phải làm gì khi đã bị nhiễm trùng viêm gan C?

Quý vị nên bớt uống rượu, duy trì một phép ăn uống quân bình cũng như quan tâm đến sức khỏe tổng quát của mình. Quý vị cũng có thể:

- Hỏi ý kiến của bác sĩ là người sẽ theo dõi tình trạng của quý vị và nếu cần sẽ giới thiệu quý vị đến gặp một bác sĩ chuyên khoa.
- Phải chủng ngừa các loại siêu vi khuẩn bệnh viêm gan khác (ví dụ như viêm gan A và B).
- Thảo luận về tình trạng của quý vị với những người chăm sóc y

tế khác khi thực hiện bất cứ thủ tục y khoa hay nha khoa nào mặc dù luật pháp không bắt buộc điều đó.

- Băng hoặc dán kín chỗ có vết thương lại bằng loại băng không thấm nước.
- Thực hiện các sinh hoạt tình dục an toàn.

Nếu bị viêm gan C, quý vị không nên:

- Hiến máu hoặc tặng các bộ phận của cơ thể.
- Dùng chung các dụng cụ chích.
- Dùng chung các dụng cụ cá nhân như bàn chải đánh răng hay dao cạo.

Có thể chữa trị bệnh viêm gan C hay không?

Phép chữa trị mới bằng cách phối hợp loại thuốc interferon và ribavirin đã mang lại kết quả khả quan hơn cho những người bị viêm gan C. Các phép chữa trị này có thể giúp cho gan bớt sưng cũng như có thể diệt hết siêu vi khuẩn cho từ 30 đến 65% bệnh nhân. Điều quan trọng là phải thảo luận với bác sĩ của quý vị.

Kỳ thị

Không được kỳ thị những người bị bệnh viêm gan C. Nếu quý vị tin rằng mình đã bị kỳ thị, nên liên lạc với Ủy ban Cơ hội Bình đẳng (Equal Opportunity Commission).

Muốn biết thêm chi-tiết:

Đường dây Hepatitis C Helpline

Điện thoại số 9349 1111

Vùng quê gọi số 1800 800 241

Đường dây tiếng Việt

1800 456 007

Hepatitis C Council of Victoria

Điện thoại số 9380 4644

Vùng quê gọi số 1800 703 003

Các bản khác tiếng Anh

www.dhs.vic.gov.au/phd/hepc