



Bệnh Viêm Gan B

Những Điều Người Mỹ gốc Á Châu và Thuộc Đảo Thái Bình Dương Cần Biết (Vietnamese)

(Hepatitis B: What Asian and Pacific Islander Americans Need to Know)

Quý vị có biết là Người Mỹ gốc Á Châu và Thuộc Đảo Thái Bình Dương và Người Mỹ sinh đẻ ở nước ngoài có nhiều cơ nguy bị bệnh viêm gan B mãn tính hơn, bệnh này có thể dẫn đến suy gan và ung thư gan không?

Viêm gan B là gì?

Viêm gan B là căn bệnh về gan truyền lan qua việc tiếp xúc với máu, tinh dịch, hoặc các chất dịch cơ thể khác của một người bị nhiễm siêu vi viêm gan B. Căn bệnh thường hay lây nhiều nhất từ một người mẹ bị nhiễm bệnh sang con của bà vào lúc sanh. Viêm gan B cũng lây lan qua tình dục, tiếp xúc giữa các vết thương, và tiếp xúc với các đồ vật có thể có máu trên đó, như dao cạo râu, bàn chải đánh răng, ống chích, và các kim xăm mình và xăm thủng thân thể.

Viêm gan B không lan truyền qua sự tiếp xúc thông thường như bắt tay hoặc ôm nựng; cũng không lan truyền qua việc chia sẻ đồ ăn hoặc đồ uống, qua hắt hơi và ho, hoặc qua việc cho con bú sữa mẹ.

Viêm gan B mãn tính là gì?

Viêm gan B có thể bắt đầu bằng một căn bệnh ngắn ngủi, giống như cúm. Đa số người lớn và trẻ em trên 5 tuổi khỏe mạnh hồi phục hoàn toàn sau khi hệ thống miễn dịch của cơ thể loại bỏ được siêu vi.

Viêm gan B trở thành mãn tính khi hệ thống miễn dịch của cơ thể không thể loại bỏ được siêu vi. Theo thời gian, siêu vi trong người có thể dẫn tới sưng gan; mô sẹo trong gan, được gọi là xơ gan, hoặc ung thư gan. Viêm là bị sưng đỏ đau đớn khi mô của cơ thể bị nhiễm trùng. Các em nhỏ và những người có hệ thống miễn dịch suy yếu đặc biệt có cơ nguy. Những người bị nhiễm bệnh khi còn ấu thơ có 90 phần trăm cơ hội bị bệnh viêm gan B mãn tính.¹

Tại sao những Người Mỹ gốc Á Châu và Thuộc Đảo Thái Bình Dương có nhiều cơ nguy hơn?

Từ năm 1986 đã có thuốc chủng ngừa bệnh viêm gan B, trẻ sơ sinh và trẻ em ở Hoa kỳ phải được chích ngừa bằng thuốc này. Tuy nhiên, thuốc chủng ngừa không có sẵn—hoặc chỉ có sẵn mới đây—tại nhiều nơi trên thế giới. Quý vị có nhiều

¹Weinbaum CM, Williams I, Mast EE et al. Recommendations for identification and public health management of persons with chronic hepatitis B virus infection. *Morbidity and Mortality Weekly Report Recommendations and Reports*. 2008 September 19;57 (RR-8):1-20.



nguy cơ bị bệnh viêm gan B hơn nếu quý vị hoặc mẹ mình ra đời tại một vùng trên thế giới mà bệnh viêm gan B rất phổ biến, có nghĩa là 2 phần trăm dân số trở lên bị nhiễm siêu vi viêm gan B mãn tính.¹ Tại đa số các quốc gia Á Châu và Đảo Thái Bình Dương, từ 8 cho tới 16 phần trăm dân số bị nhiễm bệnh mãn tính.²

Các triệu chứng của bệnh viêm gan B mãn tính là gì?

Viêm gan B được gọi là “kẻ giết người thầm lặng” vì nhiều người không thấy có các triệu chứng, vì thế căn bệnh tiến triển mà không biết được trong nhiều năm. Không may là, nhiều người lần đầu tiên biết được mình bị bệnh viêm gan B mãn tính thì họ đã có các triệu chứng của sự thiệt hại gan nghiêm trọng, trong đó gồm có

- mắt và da có màu vàng, được gọi là bệnh vàng da
- bụng hoặc mắt cá chân bị sưng
- mệt mỏi
- buồn nôn
- suy nhược
- ăn mất ngon
- sụt cân
- có mạch máu giống như màng nhện, được gọi là u mạch màng nhện, nổi trên da

Ai có cơ nguy bị viêm gan B mãn tính?

Bất cứ ai cũng có thể bị viêm gan B, nhưng một số người có nhiều cơ nguy hơn, bao gồm

- những người ra đời từ một người mẹ bị viêm gan B
- những người tiếp xúc gần gũi trong nhà với người bị nhiễm siêu vi viêm gan B
- những người sống tại các nơi trên thế giới có bệnh viêm gan B phổ biến, bao gồm đa số các quốc gia Á Châu và Đảo Thái Bình Dương
- những người tiếp xúc với máu hoặc dịch cơ thể tại sở làm
- những người làm thẩm tách máu
- những người có (các) bạn tình bị viêm gan B
- những người có nhiều hơn một bạn tình trong 6 tháng qua hoặc có một quá trình bị bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục
- những người chích ma túy
- những người đàn ông làm tình với người cùng phái

²Custer B, Sullivan SD, Hazlet TK, Iloeje U, Veenstra DL, Kowdley KV. Global epidemiology of hepatitis B virus. *Journal of Clinical Gastroenterology*. 2004 November;38(10 Suppl 3):S158–S168.

Làm thế nào để tôi có thể bảo vệ cho bản thân và những người khác khỏi bị viêm gan B?

Đi xét nghiệm nếu quý vị đến từ một quốc gia Á Châu và Đảo Thái Bình Dương hoặc khu vực khác là nơi siêu vi viêm gan B rất phổ biến. Càng đi thử nghiệm sớm quý vị càng có thể từng bước bảo vệ cho bản thân và những người khác được sớm hơn.

Một nhân viên y tế có thể thử máu của quý vị để xem hiện có bị nhiễm bệnh hoặc đã từng bị nhiễm bệnh trước đây hay không. Nếu quý vị có kết quả xét nghiệm dương tính, bác sĩ có thể đo các mức siêu vi và enzym gan trong máu để xác định là siêu vi đó có đang hoạt động và gây thương tích cho gan hay không. Bác sĩ có thể dùng siêu âm—một thủ thuật dùng sóng âm thanh để tạo ra hình ảnh của các mô nội tạng và bộ phận trong cơ thể—để dò tìm ung thư gan, cũng còn gọi là ung thư biểu bì tế bào gan. Quý vị có thể không cần phải điều trị ngay, nhưng sẽ cần thử nghiệm định kỳ để theo dõi sức khỏe gan của mình. Hãy khuyên các thành viên trong gia đình và những người thân thuộc khác đi thử nghiệm.

Viêm gan B có thể ngăn ngừa được. Hãy đi chích ngừa nếu quý vị chưa từng bị nhiễm bệnh. Thuốc chủng ngừa viêm gan B được chích làm ba lần trong 6 tháng. Quý vị phải chích cả ba mũi mới được bảo vệ hoàn toàn. Thuốc chủng ngừa an toàn cho mọi người thuộc mọi lứa tuổi, kể cả phụ nữ mang thai và ấu nhi.

Nếu quý vị nghĩ là mình mới đây bị tiếp xúc với siêu vi viêm gan B, hãy đi gặp bác sĩ ngay. Liệu thuốc chủng viêm gan B đầu tiên kết hợp với globulin miễn nhiễm viêm gan B—chích chất kháng thể để tạm thời bảo vệ chống lại việc nhiễm viêm gan B—có thể ngăn ngừa nhiễm trùng.

Không có thuốc chữa cho khỏi hẳn bệnh viêm gan B, nhưng có nhiều loại thuốc được chấp thuận cho điều trị bệnh viêm gan B mãn tính. Mục tiêu của việc điều trị là để giảm cơ nguy bị hư hại gan, xơ gan, và ung thư gan bằng cách giảm sưng gan và lượng siêu vi trong cơ thể. Thuốc hiện tại không hoàn toàn loại bỏ được siêu vi, vì thế việc điều trị thường là cả đời. Những người bị bệnh viêm gan B mãn tính nên tránh dùng rượu, ma túy, thuốc bổ, và dược thảo có thể hại đến gan.

Làm thế nào để tôi có thể bảo vệ cho em bé khỏi bị viêm gan B?

Đi thử nghiệm tìm viêm gan B đặc biệt quan trọng đối với phụ nữ mang thai. Nếu quý vị chưa bị nhiễm bệnh, hãy đi chích ngừa. Nếu quý vị bị viêm gan B, nhớ cho bác sĩ và nhân viên đỡ đẻ cho quý vị biết để họ có thể giảm cơ nguy nhiễm bệnh cho em bé. Phải dùng thuốc chủng bệnh viêm gan B và globulin miễn nhiễm viêm gan B cho em bé của quý vị ngay sau khi em ra đời, làm như vậy sẽ giảm được rất nhiều cơ nguy bị nhiễm bệnh.



Tôi có thể lấy thêm thông tin về bệnh viêm gan B ở đâu?

Centers for Disease Control and Prevention

National Center for HIV/AIDS, Viral Hepatitis, STD, and TB Prevention
Division of Viral Hepatitis
1600 Clifton Road, Mailstop G-37
Atlanta, GA 30333

Điện thoại: 1-800-232-4636

TTY: 1-888-232-6348

Fax: 404-718-8588

Email: cdcinfo@cdc.gov

Internet: www.cdc.gov/hepatitis

National Digestive Diseases Information Clearinghouse

2 Information Way
Bethesda, MD 20892-3570

Điện thoại: 1-800-891-5389

TTY: 1-866-569-1162

Fax: 703-738-4929

Email: nddic@info.niddk.nih.gov

Internet: www.digestive.niddk.nih.gov

National Digestive Diseases Information Clearinghouse là một dịch vụ của National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). NIDDK thuộc các Viện Sức Khỏe Quốc Gia của Bộ Y Tế và Nhân Sinh Hoa Kỳ.

Ấn bản này không có bản quyền. Clearinghouse khuyến mọi người nên lập thành nhiều bản sao và phân phối bao nhiêu bản sao cũng được.

Thừa Nhận

Các ấn bản mà Clearinghouse sản xuất được cả các khoa học gia của NIDDK và các chuyên gia bên ngoài xem xét kỹ lưỡng. Tram T. Tran, M.D., thuộc Cedars Sinai Medical Center, Geffen UCLA School of Medicine, Los Angeles đã duyệt xét ấn bản này.



Loạt Ý Thức và Phòng Ngừa của NIDDK được thiết kế để quý vị tự hỏi lấy mình, “Điều này có thể xảy ra cho tôi hay người mà tôi chăm sóc không?” Vì thế hãy xét kỹ. Thông tin khác về đề tài này và các tựa đề khác trong loạt bài hiện có qua National Digestive Diseases Information Clearinghouse hoặc trên Internet tại www.digestive.niddk.nih.gov.



U.S. DEPARTMENT OF HEALTH
AND HUMAN SERVICES
National Institutes of Health

NIH Publication No. 11-7463V
Tháng 6/2011