AHF
Asian Health
FOUNDATION

THẺ THÔNG TIN DÀNH CHO BỆNH NHÂN KHÁM BỆNH VIÊM GAN B

VIÊM GAN B LÀ GÌ?

Bệnh viêm gan có nghĩa là tình trạng sưng, hoặc "viêm," gan. Có nhiều nguyên nhân làm cho viêm gan hay sưng gan. Nếu gan bị viêm do nhiễm siêu vi khuẩn thì đó là *bệnh viêm gan siêu vi*. Bệnh viêm gan B là một trong những bệnh do siêu vi khuẩn gây ra.

Ở một số người bị nhiễm siêu vi B bệnh tình có thể trở thành kinh niên và được gọi là bệnh viêm gan B mạn tính. Đặc biệt ở người Á Đông và người ở các hải đảo Thái Bình Dương, *bệnh viêm gan B mạn tính* rất nghiêm trọng vì bệnh có thể gây ra sơ gan và ung thư gan.[1,2]

BỆNH VIÊM GAN B LAN TRUYỀN NHƯ SAO?

Siêu vi khuẩn viêm gan B có thể lây qua người khác bằng cách đụng chạm trực tiếp với máu hoặc tiết dịch từ cơ thể một người đang bị bệnh.[3] Ví dụ:

- Phụ nữ bị bệnh viêm gan B có thể truyền siêu vi khuẩn cho bé sơ sinh trong lúc sanh đẻ. Đây là lối lây bệnh thông thường nhất ở người Mỹ gốc Á châu.
- Quý vị cũng có thể lây bệnh viêm gan B bằng cách:
  - Đụng chạm vào máu hoặc vết lỡ loét của một người đang bị nhiễm bệnh
  - Quan hệ tình dục với một người bị nhiễm bệnh mà không dùng bọc cao su
  - Dùng chung dao cạo, bàn chải đánh răng, hoặc những vật dụng cá nhân khác với một người bị nhiễm bệnh
  - Dùng chung kim chích hoặc ống tiêm dùng để tiêm chích ma túy
  - Sử dụng kim hoặc dụng cụ không được sát trùng để xăm, xỏ mình, hoặc châm cứu

Viêm gan B KHÔNG có lây qua:

- Sự tiếp xúc thông thường như là bắt tay hoặc ôm ấp
- Ho hoặc hắt hơi
- Cho con bú sữa mẹ (trừ khi núm vú bị nứt hoặc chảy máu)
- Dùng chung vật dụng ăn uống như là đủa, muỗng

LÀM SAO BIẾT ĐƯỢC BỊ BỆNH VIÊM GAN B?

Một thử nghiệm máu đơn giản có thể xác định được là quý vị có bị nhiễm siêu vi khuẩn viêm gan B hay không hoặc là quý vị có cần phải chủng ngừa để bảo vệ cho khỏi bị bệnh không. Bác sĩ của quý vị cần phải lấy một mẫu máu của quý vị để làm kiểm tra.

NẾU THỬ NGHIỆM MÁU CHO BIẾT KHÔNG BỊ NHIỄM SIÊU VI B THÌ PHẢI LÀM SAO ?

Nếu kết quả thử kiểm tra máu cho thấy quý vị *không bị viêm gan B* và quý vị *chưa có miễn dịch* thì quý vị cần phải chủng ngừa. Thuốc chủng ngừa viêm gan B sẽ bảo vệ quý vị không bị nhiễm viêm gan B trong tương lai.

Nếu kết quả thử máu cho biết quý vị *đã từng bị viêm gan B trong quá khứ* và cơ thể của quý vị đã tạo được kháng thể chống lại bệnh viêm gan B thì quý vị không cần phải làm gì thêm cả. Quý vị không cần phải chủng ngừa.

PHẢI LÀM THẾ NÀO ĐỂ CHỦNG NGỪA?

- Thuốc chủng ngừa viêm gan B rất an toàn và hữu hiệu. Hơn 1 triệu liều thuốc chủng ngừa đã được dùng trên khắp thế giới.[4] Quý vị không thể bị bệnh viêm gan B khi được chủng ngừa. Thông thường quý vị có thể bị hơi đau nhức ở nơi chích sau khi đã được chủng ngừa.

- Thứ nhì, thuốc chủng ngừa viêm gan B cần phải chích 3 liều thuốc trong vòng 6 tháng. Chích đủ hết 3 liều thuốc sẽ mang đến cho quý vị mức độ bảo vệ tối cao nhất để chống nhiễm viêm gan B.[5] Nhưng nếu vì lý do nào đó nếu không làm được, xin hãy bàn thảo với bác sĩ của quý vị để tìm một chương trình chủng ngừa khác cho thích hợp với quý vị.
- Nếu quý vị quên hoặc bỏ lở một liều thuốc chủng ngừa thì cũng không nên quá lo ngại. Chỉ cần tiếp tục chương trình chích ngừa cho đủ 3 liều.

Không phải bất cứ phòng mạch bác sĩ hoặc trung tâm chăm sóc sức khỏe nào cũng có sẵn thuốc chủng ngừa viêm gan B. Nếu bác sĩ hoặc trung tâm chăm sóc sức khỏe của quý vị không có thuốc chủng ngừa, quý vị sẽ được hướng dẫn đến một bác sĩ hoặc trung tâm khác để được chủng ngừa với chi phí thấp hoặc miễn phí.

NẾU TÔI BỊ NHIỄM SIÊU VI KHUẨN THÌ SAO?

Nếu kết quả thử máu cho biết quý vị bị *viêm gan B mạn tính* thì bác sĩ của quý vị sẽ hướng dẫn quý vị cách tốt nhất để giữ gìn sức khỏe. Ngoài ra bác sĩ của quý vị còn có thể thử máu thêm để tìm hiểu về chức năng gan và mức hoạt động của siêu vi khuẩn B trong gan quý vị.

Điều quan trọng nên biết là nhiều người bị viêm gan B mạn tính không cần phải điều trị ngay. Nhưng họ cần đi khám bác sĩ vài lần trong năm. Đây là cách thức tốt nhất để phát hiện bất cứ thay đổi nào đối với bệnh tình.

Bác sĩ của quý vị cũng có thể muốn quý vị đi khám một bác sĩ chuyên khoa để điều trị bệnh viêm gan B mạn tính.

NẾU TÔI BỊ NHIỄM SIÊU VI KHUẨN THÌ ĐIỀU TRỊ NHƯ SAO?

Hiện nay ở Hoa Kỳ có 7 loại thuốc khác nhau để điều trị bệnh viêm gan B mạn tính. Đa số các thuốc chữa trị đều hữu hiệu và an toàn để giúp ngăn chặn sự tăng trưởng của siêu vi khuẩn, giảm thiểu mức tổn hại gan và có thể tránh bị sơ gan hoặc ung thư gan.

Khi đến lúc cân nhắc việc điều trị, thì bác sĩ của quý vị sẽ bàn với quý vị về những lựa chọn khác nhau để cả hai cùng quyết định phương pháp nào hữu hiệu nhất cho quý vị. Bác sĩ của quý vị sẽ nói cho quý vị biết thêm về sự điều trị và quý vị cần phải đến khám bệnh bao nhiêu lần.

Điều quan trọng là phải giữ những buổi hẹn đi khám bác sĩ cho dù quý vị cảm thấy khỏe chăng nữa. Bác sĩ cần gặp quý vị theo chu kỳ để giúp quý vị được khỏe mạnh.

LÀM CÁCH NÀO ĐỂ TÔI BẢO VỆ GIA ĐÌNH?

Hình thức bảo vệ tốt nhất là chủng ngừa.[3] Những thành viên trong gia đình cùng những người chung sống với quý vị cần phải kiểm tra viêm gan siêu B và chủng ngừa nếu họ chưa được miễn dịch.[6]

Ngoài ra, nếu quý vị bị viêm gan B mạn tính, thì quý vị phải làm một số việc cụ thể để không lây truyền viêm gan B cho người trong gia đình và những người chung sống với quý vị.[3,7]

- Hãy khuyến cáo những người mà quý vị có quan hệ tình dục nên đi chủng ngừa
- Hãy dùng bọc cao su khi quan hệ tình dục nếu đối phương chưa được chủng ngừa hoặc miễn dịch
- Che đắp những vết cắt và trầy bị hở bằng miếng băng
- Đừng dùng chung những vật dụng cá nhân, ví dụ, bàn chải đánh răng hoặc dao cạo
- Dùng thuốc tẩy hoặc xà phòng rửa để lau sạch những nơi đổ máu
- Đừng hiến máu, tinh dịch hay bộ phận trong người

Quý vị không cần phải tránh chơi các môn thể thao có đụng chạm với người khác, không cần phải tránh chia xẻ thức ăn hoặc nước uống và quý vị có thể dùng chung vật dụng ăn uống mà không sợ bị lây bệnh. Quý vị cứ tự nhiên tham dự tất cả các sinh hoạt xã hội trong sự tiếp xúc hàng ngày của quý vị.[7]

---

1. Altekruse SF, McGlynn KA, Reichman ME. Hepatocellular carcinoma incidence, mortality, and survival trends in the United States from 1975 to 2005. *J Clin Oncol*. 2009;27:1485-1491.
2. Centers for Disease Control and Prevention. Hepatocellular carcinoma—United States, 2001-2006. *MMWR*. 2010;59:[517-520].
3. Centers for Disease Control and Prevention. Recommendations for identification and public health management of persons with chronic hepatitis B virus infection. *MMWR*. 2008;57:1-20.
4. World Health Organization. Immunization, vaccines, and biologicals. Hepatitis B. April 2011. http://www.who.int/immunization/topics//hepatitis_b/en/index.html. Accessed May 20, 2012.
5. Centers for Disease Control and Prevention. Hepatitis B epidemiology and prevention of vaccine-preventable diseases. *The Pink Book*, 12th edition. April 2011. http://www.cdc.gov/vaccines/pubs/pinkbook/downloads/hepb.pdf. Accessed April 21, 2012.
6. Centers for Disease Control and Prevention. A comprehensive immunization strategy to eliminate transmission of hepatitis B virus infection in the United States: recommendations of the Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP); Part 2: Immunization of Adults. *MMWR*. 2006;55(RR-16):[1-33].
7. Lok A, McMahon B. Chronic hepatitis B update: 2009. *Hepatology*. 2009;50:1-36.