



Viêm gan C

Cho dù chúng tôi đã cố gắng hết sức để đảm bảo thông tin của ấn bản này được chính xác, nó cũng không thể nào thay thế cho sự cố vấn y khoa. Xin hãy đến gặp một chuyên viên y tế nếu có bất cứ sự quan ngại nào về sức khỏe của mình. Bao gồm dưới đây là danh sách các nơi quý vị có thể đến để lấy thêm thông tin.

Viêm gan C là gì?

Viêm gan có nghĩa là bệnh ở gan. Bệnh có thể gây nên bởi các vi-rút như viêm gan A, B, C, D, E và G, rượu, một số hóa chất và ma túy.

Làm sao quý vị có thể bị Viêm gan C?

Viêm gan C là một tình trạng bị nhiễm truyền qua đường máu. Nó được truyền qua sự tiếp xúc máu với máu, khi máu bị nhiễm lọt vào vào dòng máu của một người khác. Ở Úc, hầu hết các tình trạng bị nhiễm là do sự dùng chung kim chích và các dụng cụ khác được dùng để chích ma túy. Quý vị có thể bị nhiễm viêm gan C cho dù dùng chung kim chích hoặc dụng cụ khác chỉ một lần một.

Có những cách khác có thể bị nhiễm viêm gan C. Những cách này gồm có:

- Bị thương do kim chích trong một bối cảnh chăm sóc y tế. Nguy cơ bị nhiễm viêm gan C từ một cây kim tìm thấy trong bối cảnh cộng đồng, như tại một công viên, thì thật là, thật là thấp.
- Làm hình nghệ thuật trên thân, như xăm hay xỏ, khi dụng cụ dùng không vô trùng.
- quan hệ tình dục không an toàn bao gồm có máu hay da bị hư hại, như quan hệ tình dục đường hậu môn và hay quan hệ tình dục không an toàn với một phụ nữ đang có kinh. Nguy cơ bị nhiễm qua quan hệ tình dục đường dương vật-âm đạo những lúc khác thì rất thấp.
- Dùng chung các đồ dùng cá nhân có thể dính vết máu, chẳng hạn như dao cạo, bàn chải đánh răng và tơ làm sạch răng.
- Nguy cơ cho một người mẹ bị nhiễm truyền viêm gan C qua cho em bé khi mang thai, hay sanh thì thấp. Hầu như không có nguy cơ bị nhiễm từ sữa mẹ.

Ở Úc, rất hiếm khi quý vị bị truyền viêm gan C qua sự truyền máu hay ghép nội tạng.

Quý vị không thể bị nhiễm viêm gan C qua sự giao tiếp xã hội thường ngày, như bắt tay, hôn, hay dùng chung nhà tắm hay phòng vệ sinh, hay do hiến máu.

Các dấu hiệu và triệu chứng của viêm gan C là gì?

Rất nhiều người bị nhiễm lúc đầu không thấy có triệu chứng gì cả, hoặc bị bệnh như cúm nhẹ. Trong một số trường hợp, nước tiểu của người bệnh trở nên có màu xậm hơn, và da và mắt họ trở nên vàng (vàng da). Các triệu chứng viêm gan có thể biến mất trong vòng vài tuần lễ nhưng điều này không luôn nói rằng tình trạng nhiễm cũng đã hết. Bất cứ ai bị cá triệu chứng viêm gan nên đến gặp bác sĩ gia đình hay bác sĩ do mình chọn.

Khi gan bị 'sưng' hơn 6 tháng, bệnh có thể được gọi là viêm gan kinh niên.



Viêm gan C

Các triệu chứng viêm gan C kinh niên gồm có:

- Sự mệt mỏi từ trung bình đến nặng
- ăn không ngon miệng
- cảm thấy không khỏe và ói mửa
- đau dưới xương sườn
- sốt
- đau nhức ở khớp.

Làm sao tôi biết mình bị nhiễm viêm gan C?

Cách duy nhất để biết xem quý vị có bị viêm gan C hay không là một xét nghiệm máu. Xét nghiệm kháng sinh vi-rút viêm gan C (HCV) cho thấy nếu quý vị có bị nhiễm qua trước đây. Xét nghiệm có thể mất từ 4 – 6 tháng từ lúc bị nhiễm trước khi xét nghiệm trở nên dương tính. Vì thế, nếu kết quả xét nghiệm là âm tính, quý vị cần làm lại xét nghiệm từ 4 – 6 tháng sau.

Xét nghiệm kháng sinh vi-rút viêm gan C (HCV) không cho biết nếu quý vị có trở thành người mang mầm bệnh hay không. Do đó nếu kết quả xét nghiệm là dương tính, có thể quý vị cần làm một xét nghiệm khác (xét nghiệm HCV PCR) để cho biết vi-rút còn tồn tại trong máu mình không.

Hãy hỏi bác sĩ gia đình, bác sĩ do mình chọn hoặc nhân viên chăm sóc y tế về xét nghiệm viêm gan C.

Làm sao có thể giảm nguy cơ bị nhiễm viêm gan C?

Không có thuốc chích ngừa viêm gan C.

Tuy nhiên, có những cách quý vị có thể giảm nguy cơ bị nhiễm viêm gan C:

- Đừng chích ma túy. Nếu có, Đừng bao giờ dùng chung kim chích, ống chích, đồ lọc, nước hay muỗng. Rửa sạch hay dùng miếng gạc lau các ngón tay trước khi sờ chỗ chích của một người khác. Luôn luôn dùng các cây kim và ống chích sạch. Quý vị có thể lấy những thứ này tại hầu hết các cửa hàng thuốc tây, các phòng trao đổi ống chích và kim, và tại các bệnh viện vùng quê sau giờ làm việc.
- Có thói quen quan hệ tình dục an toàn – sử dụng bao cao su hay tấm bảo vệ miệng, có chất bôi trơn chủ yếu là nước. Nguy cơ tăng lên nếu quý vị có nhiều bạn tình, quan hệ tình dục đường hậu môn và/hoặc quan hệ tình dục khi người phụ nữ đang có kinh.
- Trước khi nghĩ đến việc làm hình nghệ thuật trên thân (như xăm hay xỏ) đảm bảo là chuyên viên nghệ thuật chỉ dùng dụng cụ vô trùng, và các dao cạo và kim mới mỗi lần làm.
- Đừng dùng chung các đồ dùng cá nhân như dao cạo, bàn chải đánh răng và tơ làm sạch răng.
- Các nhân viên chăm sóc y tế nên luôn luôn áp dụng thủ tục kiểm soát sự nhiễm tại nơi làm việc.



Viêm gan C

Tôi phải làm gì nếu bị nhiễm viêm gan C?

Quý vị cần hợp tác với bác sĩ để chăm sóc cho bản thân mình. Đảm bảo là quý vị có một bác sĩ mà mình vừa lòng và họ có một kiến thức tốt về viêm gan C.

Cho dù quý vị đã bị nhiễm viêm gan C, quý vị vẫn có thể bị nhiễm với một vi-rút viêm gan C khác. Nếu đã được điều trị, quý vị vẫn có thể bị nhiễm viêm gan C lại. Quý vị luôn luôn phải bảo vệ mình tránh khỏi viêm gan C.

Quý vị cũng có trách nhiệm không lây lan viêm gan C qua cho người khác.

Quý vị cần giảm thiểu nguy cơ bị nhiễm với các sự nhiễm gan khác, như viêm gan A và viêm gan B. Hãy hỏi bác sĩ gia đình hay bác sĩ do mình chọn về việc chích ngừa viêm gan A và viêm gan B.

Tôi làm thế nào để được điều trị?

Có cách điều trị viêm gan C. Các điều trị chữa khỏi được 8 trong 10 người bị nhiễm tùy theo họ bị nhiễm loại viêm gan C nào. Ăn uống lành mạnh, ngủ đủ, và tránh dùng bia hay rượu, thuốc lá và các loại ma túy khác là những điều quan trọng.

Tôi đi đâu tìm thêm thông tin về viêm gan C?

Hãy liên lạc bác sĩ gia đình hay bác sĩ do mình chọn hoặc:

- **Hepatitis WA (Viêm gan WA)**

- ☎ (08) 9328 8538 (dành cho người gọi điện trong nội thành) hay

- ☎ 1800 800 070 (người gọi điện tại vùng nông thôn – gọi miễn phí nếu gọi bằng điện thoại bàn)

- **healthdirect (Sức khỏe Trực tiếp)**

- ☎ 1800 022 222

- **Sexual Health Helpline (Đường dây Giúp đỡ Sức khỏe Tình Dục)**

- ☎ (08) 9227 6178 (dành cho người gọi điện trong nội thành) hay

- ☎ 1800 198 205 (người gọi điện tại vùng nông thôn – gọi miễn phí nếu gọi bằng điện thoại bàn)

Quý vị có thể tìm thêm thông tin về viêm gan trên mạng:

www.hepatitiswa.com.au

www.hepatitisaustralia.com

Nếu có yêu cầu, tài liệu này có thể được cung cấp theo dạng khác để cho người khuyết tật sử dụng.