

Images used are stock photos and the associated messaging may not represent the personal situation, views or beliefs of the people in the images.

Hướng dẫn về bệnh viêm gan B:

Xét nghiệm, điều trị và sống khỏe mạnh

Giới thiệu về tài liệu này

Tờ hướng dẫn này được soạn thảo nhằm giúp quý vị hiểu về quá trình từ khi xét nghiệm viêm gan siêu vi B (thường gọi là viêm gan B) đến giai đoạn chung sống khỏe mạnh bình thường cùng căn bệnh viêm gan B mạn tính (suốt đời). Tờ hướng dẫn này có thể hữu ích với những người có nguy cơ mắc bệnh hoặc mới được chẩn đoán mắc bệnh viêm gan B.

Những thông tin có trong tài liệu này chỉ là những thông tin chung và không nhằm thay thế cho việc tư vấn y khoa. Hepatitis Australia khuyến khích người đọc tìm tư vấn y khoa trước khi đưa ra bất kỳ quyết định nào dựa trên những thông tin được cung cấp.

Tôi muốn làm
xét nghiệm
viêm gan B



Tôi cho rằng
chúng ta nên
làm xét nghiệm
viêm gan B



KẾT QUẢ XÉT NGHIỆM



ÂM TÍNH
Miễn dịch



Quý vị đã được tiêm phòng,
miễn dịch và không thể mắc
bệnh VIÊM GAN B



ÂM TÍNH
Không miễn dịch



Tiêm phòng



ĐÃ KHỎI
Miễn dịch

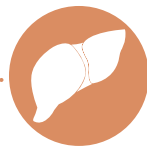


Làm xét nghiệm cho các thành
viên trong gia đình và những
người sống cùng quý vị



**DƯƠNG
TÍNH**

Làm xét nghiệm cho các thành
viên trong gia đình và những
người sống cùng quý vị



Làm các xét nghiệm gan



Thăm khám bác sĩ mỗi 6 đến
12 tháng một lần

Ăn uống thực phẩm tốt cho sức
khỏe, tập thể dục và giảm lượng
tiêu thụ rượu và thuốc lá



Tiếp nhận điều trị nếu cần

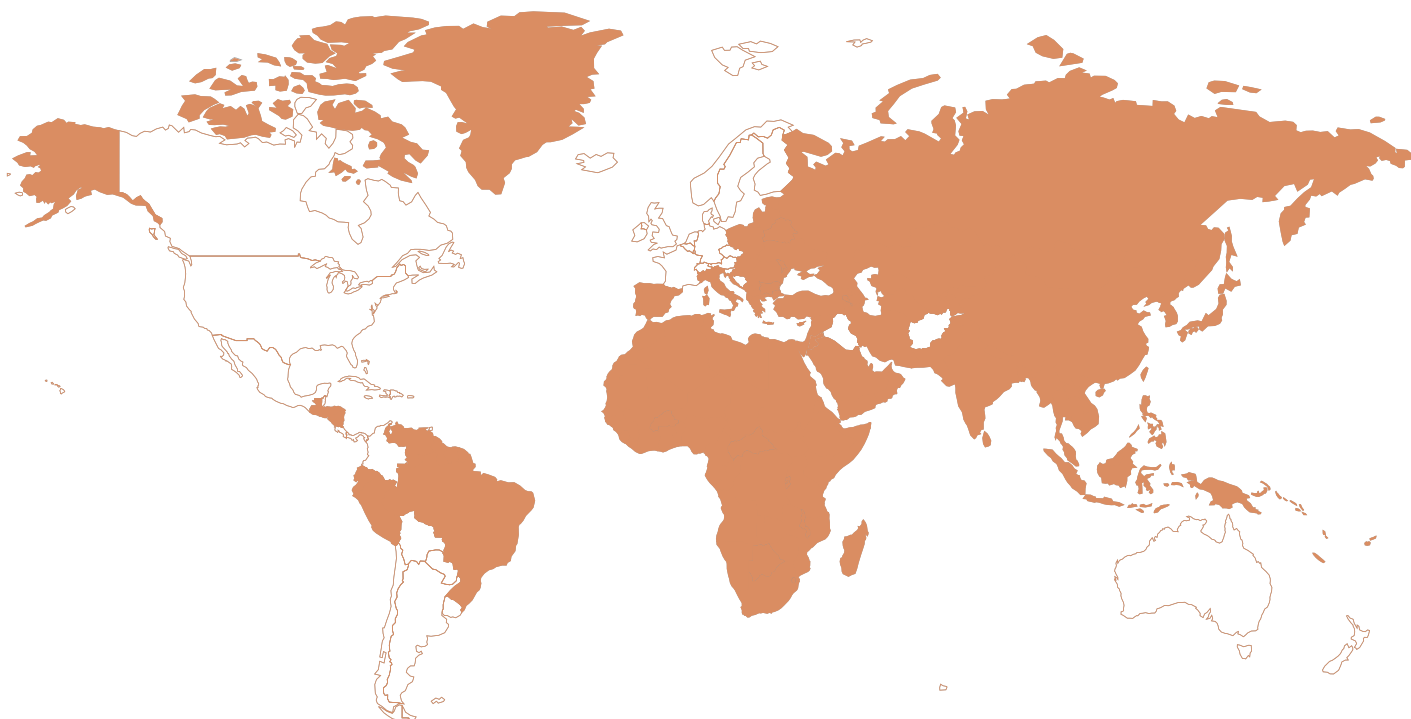
1

Tìm hiểu xem quý vị có nên làm xét nghiệm viêm gan B hay không

NHỮNG NHÓM NGƯỜI SAU ĐÂY NÊN LÀM XÉT NGHIỆM VIÊM GAN B:¹

- thành viên trong gia đình, bạn tình sống chung và những người sống cùng với người mắc bệnh viêm gan B
- những người sinh ra ở một trong những khu vực tô màu cam trong bản đồ dưới đây²
- người thổ dân và dân đảo Torres Strait
- phụ nữ mang thai
- trẻ sơ sinh và trẻ em hơn 9 tháng tuổi được sinh ra bởi những người mẹ mắc bệnh viêm gan B
- những người sắp trải qua hóa trị, liệu pháp ức chế miễn dịch hoặc thẩm tách
- các chuyên gia y tế thực hiện các thủ thuật dễ bị phơi nhiễm
- các thành viên trong quân lực
- người nhiễm HIV và/hoặc viêm gan C
- những người có nhiều bạn tình quan hệ tình dục mà chưa được tiêm phòng
- những người đã từng tiêm thuốc
- những người đã từng vào tù
- nam giới có quan hệ tình dục với nam giới
- các nhân viên tình dục
- một số người có dấu hiệu hoặc triệu chứng tổn thương gan
- người có tiền sử gia đình mắc bệnh gan.

NHỮNG KHU VỰC CÓ TỶ LỆ NGƯỜI HIỆN MẮC VIÊM GAN B TRUNG BÌNH ĐẾN CAO





2

Hỏi bác sĩ về việc làm xét nghiệm viêm gan B

Các xét nghiệm viêm gan B không thuộc xét nghiệm máu bình thường. Nếu quý vị không biết là trước đây mình đã được xét nghiệm hay chưa, quý vị nên hỏi bác sĩ. Bác sĩ gia đình (GP) của quý vị sẽ cần làm xét nghiệm máu cho quý vị, từ đó sẽ biết quý vị có mắc bệnh viêm gan B hay không và liệu quý vị có miễn dịch với viêm gan B hay không.

Vì phạm vi xét nghiệm viêm gan B có thể gây nhầm lẫn nên GP của quý vị có thể đánh giá cao việc hướng tới công cụ hỗ trợ ra quyết định tiện dụng này của ASHM:

<https://ashm.org.au/products/product/1976963402>

DỊCH VỤ DỊCH THUẬT

Nếu quý vị cần giúp đỡ để trao đổi với bác sĩ, một thông dịch viên có thể đi cùng quý vị đến cuộc hẹn hoặc dịch qua điện thoại. Đây là dịch vụ được cung cấp miễn phí thông qua TIS (Dịch Vụ Thông Ngôn và Phiên Dịch) National.³ Khi đặt lịch hẹn, quý vị cần cho nhân viên tại phòng khám của bác sĩ biết rằng quý vị sẽ cần một người phiên dịch.

Mặc dù gia đình và bạn bè có thể hỗ trợ quý vị khi gặp bác sĩ nhưng chúng tôi đề nghị quý vị nên yêu cầu một thông ngôn viên chuyên nghiệp để giúp quý vị trao đổi với bác sĩ. Quyết định liên quan đến sức khỏe đều là những quyết định khó khăn và điều quan trọng là quý vị có thể hiểu mọi thứ để giúp quý vị đưa ra quyết định đúng đắn. Thông ngôn viên của TIS National là những người được đào tạo chuyên môn và có nhiều kinh nghiệm thông ngôn những thông tin phức tạp.

Trang web: www.tisnational.gov.au

Gọi số 131 450 để gặp một thông ngôn viên qua điện thoại với cước phí của một cú gọi địa phương.

3

Nhận kết quả xét nghiệm

XÉT NGHIỆM VIÊM GAN B CÓ THỂ CHO RA MỘT TRONG BỐN KẾT QUẢ KHÁC NHAU.⁴

1

ÂM TÍNH,
MIỄN DỊCH
(ĐÃ TIÊM PHÒNG)

Quý vị đã được tiêm phòng viêm gan B và quý vị không thể mắc bệnh này.

**QUÝ VỊ
KHÔNG CẦN
THỰC HIỆN
CÁC BƯỚC TIẾP
THEO**

2

ÂM TÍNH,
KHÔNG MIỄN
DỊCH

Quý vị chưa mắc bệnh viêm gan B và chưa từng được tiêm phòng. Quý vị có thể hỏi bác sĩ về việc tiêm phòng để sau này không mắc bệnh viêm gan B.



3

ĐÃ KHỎI,
MIỄN DỊCH

Trước đây quý vị đã mắc bệnh viêm gan B, nhưng đã khỏi bệnh một cách tự nhiên. Quý vị không mắc bệnh viêm gan B mạn tính. Quý vị nên cân nhắc đến việc nói cho gia đình, bạn tình sống chung và những người sống cùng quý vị biết để họ làm xét nghiệm. Bác sĩ của quý vị có thể liên hệ với họ theo phương thức ẩn danh nếu quý vị lo lắng mà không dám nói với họ.

Điều quan trọng cần lưu ý là những người đã khỏi bệnh viêm gan B có thể trải qua cơn kịch phát dữ dội khi điều trị bằng hóa trị hoặc dùng thuốc ức chế miễn dịch. Quý vị có thể cần điều trị bổ sung bệnh viêm gan B nếu dùng các loại thuốc này.

4

DƯƠNG TÍNH
VIÊM GAN B

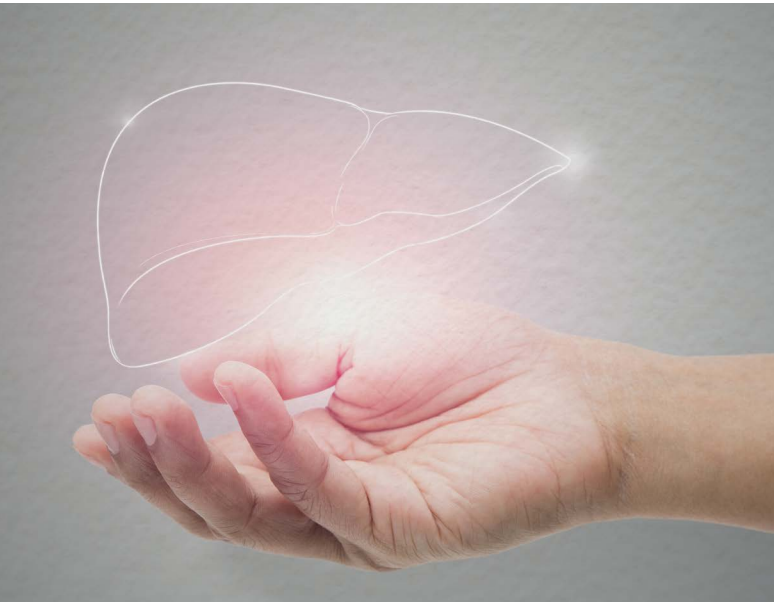
Có khả năng quý vị mắc bệnh viêm gan B mạn tính. Viêm gan B mạn tính là tình trạng kéo dài suốt đời nhưng có một số việc quý vị có thể làm để giúp quý vị sống khỏe mạnh.

Nếu không được điều trị, bệnh viêm gan B có thể làm hỏng gan của quý vị và dẫn đến chứng xơ gan (gây sẹo nặng ở gan), bệnh về gan, ung thư gan và suy gan. Không có phương pháp chữa khỏi bệnh viêm gan B mạn tính, nhưng nếu bệnh này gây tổn hại cho gan của quý vị, có cách điều trị để quý vị kiểm soát và làm giảm tác hại của vi-rút.

Nếu bị phơi nhiễm với vi-rút trong thời gian gần đây, quý vị sẽ cần thực hiện một xét nghiệm khác sau sáu tháng để xác định xem quý vị có mắc bệnh viêm gan B mạn tính hay không.

**THỰC HIỆN
CÁC BƯỚC TIẾP
THEO**





4 Thực hiện các xét nghiệm gan

Bác sĩ của quý vị sẽ cần phải thực hiện một số xét nghiệm để kiểm tra tình trạng hoạt động của gan quý vị. Việc này rất có thể sẽ bao gồm một số xét nghiệm máu và siêu âm hoặc Fibroscan® (phương pháp kiểm tra không đau sử dụng các rung động để kiểm tra độ cứng của gan).⁴

Điều này sẽ giúp bác sĩ của quý vị biết được mức độ ảnh hưởng hiện tại của viêm gan B, và liệu quý vị có cần bắt đầu điều trị hay không.

5 Xét nghiệm cho các thành viên trong gia đình, bạn tình sống chung và những người sống cùng quý vị

Bệnh viêm gan B dễ lây truyền nhất qua đường sinh sản. Bệnh này cũng có thể được truyền nhiễm khi tiếp xúc với máu hoặc quan hệ tình dục không sử dụng bao cao su. Quý vị nên cân nhắc việc nói cho gia đình, bạn tình sống chung và những người sống chung với quý vị biết rằng quý vị mắc bệnh viêm gan B để họ có thể được xét nghiệm và tiêm phòng.

Việc mắc bệnh viêm gan B **không** có nghĩa là quý vị không thể có gia đình hoặc làm những việc như ăn chung với gia đình và bạn bè. Cách tốt nhất để gia đình và bạn bè của quý vị có thể tự bảo vệ bản thân tránh mắc bệnh viêm gan B là tiêm phòng.

Bác sĩ của quý vị có thể liên hệ với họ bằng hình thức ẩn danh nếu quý vị lo lắng về việc nói cho họ biết. Để biết thêm thông tin về việc bảo mật và tiết lộ thông tin, hãy truy cập www.hepatitisaustralia.com/Listing/Category/your-rights-and-responsibilities

QUÝ VỊ **KHÔNG** THỂ TRUYỀN BỆNH VIÊM GAN B QUA:



ôm hoặc hôn



ăn chung và dùng chung đồ dùng ăn uống



ăn đồ ăn do người mắc bệnh viêm gan B chế biến



vết cắn của côn trùng hoặc động vật, bao gồm cả muỗi



dùng chung phòng tắm, vòi hoa sen hoặc nhà vệ sinh



ho hoặc hắt hơi

Nếu quý vị đang mang thai và mắc bệnh viêm gan B, em bé của quý vị sẽ được tiêm trong vòng 12 giờ sau khi sinh ra. Thuốc tiêm này có chứa globulin miễn dịch viêm gan B, đây là các kháng thể giúp hệ miễn dịch chống lại vi-rút. Thuốc tiêm này khi được tiêm cùng với vắc-xin phòng viêm gan B vào cùng thời điểm rất hiệu quả trong việc bảo vệ em bé tránh mắc bệnh viêm gan B. Một số phụ nữ cũng có thể được hưởng lợi khi điều trị trong thời gian mang thai để giảm nguy cơ truyền vi-rút cho thai nhi của họ.⁵

6

Ăn đồ ăn tốt cho sức khỏe, tập thể dục và giảm lượng tiêu thụ rượu và thuốc lá

Điều quan trọng là hãy chăm sóc cơ thể của quý vị bằng cách ăn đồ ăn tốt cho sức khỏe, tập thể dục và tránh uống rượu và hút thuốc lá.

Rượu, thuốc lá và tình trạng thừa cân có thể làm hỏng gan của quý vị và đặc biệt tệ hại nếu quý vị mắc bệnh viêm gan B vì vi-rút cũng có thể làm hỏng gan của quý vị. Nếu quý vị cần giúp đỡ để thay đổi chế độ ăn uống hoặc cắt giảm rượu hoặc thuốc lá, quý vị nên nói chuyện với bác sĩ của mình.⁶

Quý vị cũng nên nói chuyện với bác sĩ về bất kỳ loại thuốc hoặc chất bổ sung nào mà quý vị đang dùng, bao gồm thảo dược và thuốc y học cổ truyền Trung Hoa, vì một vài loại trong số đó có thể không tốt cho gan của quý vị nếu quý vị mắc bệnh viêm gan B.⁷



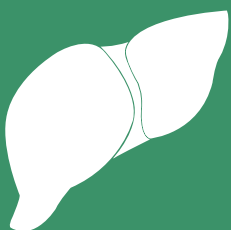
7

Thăm khám bác sĩ thường xuyên

Điều vô cùng quan trọng là quý vị phải đến thăm khám với bác sĩ sáu tháng một lần hoặc đi kiểm tra xem quý vị có bị tổn thương gan không. Những người mắc bệnh viêm gan B thường không có bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng nào. Nếu quý vị đợi cho đến khi quý vị cảm thấy bị bệnh, vi-rút có thể đã gây ra rất nhiều tác hại vốn có thể không điều trị được nữa. Cách duy nhất để biết là kiểm tra gan thường xuyên.⁵

Nếu vi-rút bắt đầu gây tổn hại cho gan của quý vị, quý vị có thể dùng thuốc để kiểm soát và làm giảm tác hại của vi-rút.

Quý vị có thể cần phải tới gặp bác sĩ thường xuyên hơn nếu được khuyến nghị, đặc biệt là trong năm điều trị đầu tiên.



QUÝ VỊ CÓ BIẾT RẰNG?

Gan không có bất kỳ dây thần kinh nào gây cảm giác đau. Có một nang (túi) mô bao xung quanh gan có thể gây cảm giác đau nếu bị kéo căng. Đây là một phần lý do tại sao quý vị có thể không có bất kỳ triệu chứng nào của bệnh viêm gan B cho đến khi gan bị tổn thương nghiêm trọng.⁸



8

Tiếp nhận điều trị nếu cần

Không phải ai mắc bệnh viêm gan B cũng cần điều trị vì vi-rút viêm gan B trải qua các giai đoạn khác nhau. Trong một số giai đoạn, vi-rút có thể hoạt động mạnh và gây tổn thương cho gan của quý vị. Khi quý vị đến gặp bác sĩ để kiểm tra gan, họ sẽ có thể tìm ra mức độ hoạt động của vi-rút bằng xét nghiệm máu và kiểm tra xem quý vị có cần bắt đầu điều trị hay không.⁵

CÁC GIAI ĐOẠN CỦA BỆNH VIÊM GAN B

THẦM LẶNG	GIẢI ĐOẠN 1	Dung nạp miễn dịch	Vi-rút viêm gan B đang nhân lên nhưng không gây tổn thương gan.
GÂY TỔN HẠI	GIẢI ĐOẠN 2	Dung nạp miễn dịch	Vi-rút gây viêm gan B đang tấn công hệ miễn dịch và hệ miễn dịch đang chống lại. Gan đang bị tổn thương.
KIỂM SOÁT	GIẢI ĐOẠN 3	Kiểm soát miễn dịch	Hệ miễn dịch kiểm soát được vi-rút và gan không bị tổn thương thêm.
THOÁT KHỎI	GIẢI ĐOẠN 4	Thoát miễn dịch	Vi-rút hoạt động trở lại và gan đang bị tổn thương.

Các loại thuốc phổ biến nhất để điều trị viêm gan B là thuốc chống vi-rút mà quý vị sẽ dùng hàng ngày trong thời gian một năm hoặc lâu hơn, theo chỉ dẫn của bác sĩ.

Nếu quý vị cần điều trị bệnh viêm gan B, quý vị có thể cần gặp bác sĩ chuyên khoa trừ khi GP của quý vị có kinh nghiệm điều trị viêm gan B. GP của quý vị sẽ cung cấp cho quý vị giấy giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa gan nếu cần.⁹

TÀI LIỆU THAM KHẢO: 1. ASHM. (2012, September). [Hepatitis B and Primary Care Providers](#). Retrieved from ASHM. 2. ASHM. (2016, March). [Indications for HBV testing](#). Retrieved from ASHM 3. Department of Home Affairs. (n.d.). TIS National. Retrieved from [www.tisnational.gov.au/](#) 4. Hepatitis NSW. (2018, May 11). [Hep B testing for adults](#). Retrieved from Hepatitis NSW. 5. ASHM. (2019). [Hepatitis B](#). Retrieved from All good. 6. Hepatitis Queensland. (2019). [Living with Hepatitis](#). Retrieved from Hepatitis Queensland. 7. hep. (2019, March 4). [Natural Remedies and Hepatitis B](#). Retrieved from hepimag. 8. Stöppler, M. (2017, January 24). [Medical Definition of Liver Pain](#). Retrieved from MedicineNet. 9. Hep B Help. (2019). [New HBV Diagnosis – what now?](#) Retrieved from Hep B Help.