

Viêm gan B



Tại sao gan quan trọng với cơ thể của bạn?

Là vì tất cả những gì bạn ăn và uống sẽ đi qua gan của bạn. Ngay cả những chất hoá học tiếp xúc với da và chất độc mà bạn hít vào cũng đi qua gan của bạn.

Gan của bạn phải làm khoảng 500 nhiệm vụ khác nhau để giúp cho cơ thể bạn khoẻ và làm việc tốt nhất. Hai chức năng quan trọng nhất của gan là lọc sạch máu và hỗ trợ quá trình tiêu hoá. Một lá gan khoẻ sẽ giúp duy trì năng lượng, tăng hệ miễn dịch, và thanh lọc độc tố cho cơ thể.

Tuy nhiên, khi gan bị tổn thương sẽ không thể làm tốt các chức năng trên. Vì vậy, việc duy trì một lá gan khoẻ mạnh rất là quan trọng.

Hãy chào đón cơ quan làm việc chăm chỉ nhất trong cơ thể bạn



Những điều cần biết về gan:

- Đây là bộ phận lớn nhất trong cơ thể bạn.
- Gan nằm bên phải của cơ thể, đằng sau các xương sườn.
- Gan có thể tự chữa lành và tạo ra tế bào mới khoẻ mạnh.
- Gan hỗ trợ quá trình chuyển hóa chất béo để cơ thể dễ hấp thu.
- Mỗi phút có 1.5 lít máu đi qua gan để được lọc sạch.

Điều trị

Đối với người nhiễm viêm gan B mãn tính, một quá trình điều trị và theo dõi hiệu quả có thể giúp kiểm soát được quá trình tổn thương của gan.

Không phải tất cả người nhiễm viêm gan B mãn tính đều phải điều trị, bởi vì một số người thì có lượng vi rút ở mức thấp. Tuy nhiên, với những người viêm gan B mãn tính, việc gặp bác sĩ chuyên khoa gan để kiểm tra gan thường xuyên rất là quan trọng.

Cách điều trị bao gồm các loại thuốc chống vi rút. Thuốc này không thể giết được vi rút nhưng nó sẽ làm ngưng sự phát triển gia tăng của vi rút hoặc làm giảm lượng vi rút xuống mức nhiều nhất có thể. Điều này làm giảm khả năng dẫn tới các bệnh gan nặng hơn.

Những loại thuốc này phải uống mỗi ngày, thường kéo dài một năm hoặc lâu hơn. Mỗi loại thuốc sẽ được tư vấn dựa trên lịch sử bệnh án của bạn trước đây và các loại thuốc hiện đang sử dụng. Hãy liên hệ với bác sĩ để được tư vấn những loại thuốc phù hợp với bạn.

Nói về những vấn đề bạn quan tâm

Nếu bạn đang quan tâm về gan của mình, hãy nói chuyện với bác sĩ của bạn để kiểm tra xem liệu gan của bạn có đang hoạt động tốt không?

Nếu bạn cần điều trị, hãy liên hệ với bác sĩ (chuyên khoa) để được kê đơn thuốc và theo dõi quá trình quá trình điều trị.

Điều trị viêm gan B có thể được Medicare hỗ trợ ở mức phí thấp.





Bác sĩ gia đình của bạn có thể giới thiệu bạn đến gặp những bác sĩ chuyên khoa gan.

Danh sách cập nhật các phòng khám gan và các bác sĩ chuyên khoa gan có thể tìm thấy trên trang mạng Hepatitis Victoria.

Hãy cố gắng nói chuyện với bạn bè và người thân để nhận được những hỗ trợ kịp thời và cần thiết. Bạn cũng có thể nói chuyện với các nhân viên y tế như bác sĩ vật lý trị liệu, y tá, dược sĩ, và chuyên gia về dinh dưỡng.

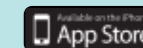
Những lời khuyên giúp sống khoẻ mạnh

Ứng dụng miễn phí LiverWell được phát triển bởi Hepatitis Victoria có rất lời khuyên giúp chúng ta làm sao để duy trì một lá gan khoẻ mạnh

-  Chế độ ăn lành mạnh: cắt giảm lượng chất béo và đường cao trong thức ăn
-  Vận động tích cực: tập thể dục hằng ngày
-  Tinh thần thoải mái: chăm sóc sức khoẻ của bạn về mặt tâm lý, tinh thần và thể chất.
-  Hạn chế sử dụng các thức uống có cồn.

Để biết thêm thông tin và các lời khuyên hữu ích để giúp bạn luôn khoẻ mạnh, hãy truy cập trang:

www.liverwell.org.au hoặc tải ứng dụng LiverWELL trên điện thoại



Tìm kiếm giúp đỡ

Thông tin về viêm gan. **Hãy gọi 1800 703 003**

Miễn phí và bảo mật. Những chuyên gia đã được đào tạo sẽ lắng nghe những vấn đề bạn quan tâm và sẽ cung cấp thêm thông tin bạn cần.

Trang mạng hữu ích

www.liverwell.org.au
www.loveyourliver.com.au
www.health.gov.au

www.hepvic.org.au
www.cancervic.org.au
www.betterhealth.vic.gov.au



www.hepvic.org.au info@hepvic.org.au

Được thực hiện bởi Hepatitis Victoria. Những thông tin này mang tính chất cung cấp kiến thức chung, và không nhằm mục đích tư vấn y tế. Hãy liên hệ bác sĩ của bạn để biết thêm thông tin

Viêm gan B là gì?

Viêm gan B lây nhiễm như thế nào?

Xét nghiệm

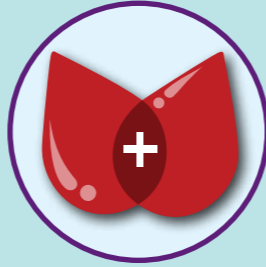
Gan của bạn

Viêm gan B là một siêu vi khuẩn lây truyền qua đường máu, làm cho gan bị viêm và tổn thương.

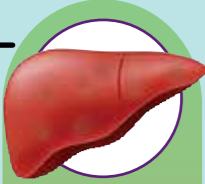
Nếu không được chữa trị, gan có thể bị tổn thương, hình thành các vết sẹo và mô gan trở nên xơ cứng. Tình trạng này gọi là xơ gan (Fibrosis). Khi tình trạng xơ gan trở nên nặng hơn sẽ dẫn đến chai gan (Cirrhosis). Khi gan bị sẹo thì gan sẽ không còn hoạt động bình thường được nữa.

Viêm gan B lây nhiễm từ máu qua máu và sự tiếp xúc dịch cơ thể trong quan hệ tình dục.

Điều này nghĩa là máu hoặc dịch cơ thể của người nhiễm viêm gan B tiếp xúc với máu hoặc dịch cơ thể của người khác.



Giai đoạn có thể mất 20-30 năm



Viêm gan



Xơ gan



Chai gan



Ung thư gan



Suy gan

Triệu chứng

Thông thường người bị viêm gan B không có triệu chứng rõ rệt. Tuy nhiên, có thể có những biểu hiện như:

- Cảm thấy mệt mỏi
- Buồn nôn và ăn không ngon
- Triệu chứng giống cảm cúm
- Vàng da (Vàng da, vàng mắt)
- Đau bụng (phía sau các xương sườn bên phải của vùng bụng).

Tin tốt!

Việc kiểm tra thường xuyên và điều trị hiệu quả có thể giảm khả năng tiến triển của những bệnh gan nguy hiểm.

Những nguy cơ cao hơn

- Lây nhiễm qua đường tình dục không an toàn.
- Mẹ truyền sang con
- Dùng chung kim tiêm
- Dùng các thiết bị xăm, xô khuyên chưa được khử trùng
- Truyền máu hoặc phương pháp điều trị y tế ở nước ngoài
- Truyền máu ở Úc trước năm 1990.

Những nguy cơ thấp hơn

- Các vết thương do kim tiêm
- Tiếp xúc máu trong quá trình đánh nhau
- Dùng chung dao cạo râu và bàn chải đánh răng
- Cho con bú sữa mẹ.

Viêm gan B KHÔNG lây nhiễm qua:

- Hắt xì hơi
- Hôn nhau
- Ho
- Ôm
- Dùng chung đồ ăn hoặc muỗng, nĩa.

Xét nghiệm viêm gan B bằng cách đi thử máu đơn giản. Bất kỳ bác sĩ gia đình nào cũng có thể sắp xếp cho những xét nghiệm máu này.

KẾT QUẢ CỦA VIÊM GAN B SẼ CHO BẠN BIẾT NẾU BẠN BỊ....

Hiện tại, bạn đang bị nhiễm viêm gan B

KIỂM TRA VIÊM GAN B LẦN 2 (6 tháng sau đó).

Kiểm tra lại để biết liệu bạn còn bị nhiễm Viêm Gan B hay không. (Nếu bạn bị nhiễm hơn 6 tháng, điều đó nghĩa là cơ thể bạn không thể tự loại bỏ được vi rút viêm gan B).

VIÊM GAN B MÃN TÍNH

Bạn bị nhiễm Viêm Gan B LÂU HƠN 6 tháng. Điều này nghĩa là bạn đã bị nhiễm Viêm Gan B vĩnh viễn

VIÊM GAN B ĐÃ ĐƯỢC CHỮA KHỎI

Bạn đã từng nhiễm Viêm Gan B và cơ thể của bạn đã tự tạo ra kháng thể để loại bỏ được vi rút đó. Thì, bạn sẽ không bị nhiễm Viêm Gan B lại nữa.

KIỂM TRA MỖI 6 THÁNG

Bạn tình của bạn (chồng/người yêu) hay thành viên gia đình của bạn có thể cũng bị nhiễm Viêm Gan B. Hãy nói chuyện với họ về việc đi xét nghiệm viêm gan.



BẠN TÌNH CỦA BẠN HAY CÁC THÀNH VIÊN GIA ĐÌNH CỦA BẠN CÓ THỂ CŨNG BỊ NHIỄM VIÊM GAN B.

Hãy nói chuyện và khuyến họ đi xét nghiệm viêm gan.



HỆ MIỄN DỊCH (DO CHỦNG NGỪA)

Bạn đã được tiêm ngừa và miễn nhiễm với Viêm Gan B. Bạn sẽ không bị lây nhiễm Viêm Gan B.

HỆ MIỄN DỊCH (Do bị viêm gan trước đây)

Bạn được miễn dịch đối với viêm gan B khi bạn đã bị nhiễm viêm gan B trước đây, nhưng cơ thể của bạn tự tạo ra kháng thể và chống lại được vi rút này. Và bạn sẽ không bị nhiễm viêm gan B lại nữa.

KHÔNG CÓ HỆ MIỄN DỊCH

Hiện tại bạn không bị viêm gan B, nhưng bạn vẫn có thể bị lây nhiễm.

KHÔNG CẦN THIẾT PHẢI LÀM GÌ NỮA

Bạn đã được bảo vệ đối với Viêm Gan B và không thể bị lây nhiễm.



THÀNH VIÊN GIA ĐÌNH BẠN CÓ THỂ CŨNG BỊ NHIỄM VIÊM GAN B

Hãy nói chuyện với họ về việc đi xét nghiệm viêm gan.



HÃY TIÊM NGỪA VẮC XIN VIÊM GAN B

Hỏi bác sĩ hoặc y tá, phòng khám sức khỏe cộng đồng, phòng khám sức khỏe giới tính, phòng khám du lịch, v.v...



Tiêm ngừa vắc xin

Khi chưa có thuốc điều trị, viêm gan B có thể được phòng ngừa nhờ vào vắc xin an toàn và hiệu quả. Người trưởng thành cần tiêm đủ 3 mũi để cơ thể được bảo vệ an toàn. Lịch tiêm vắc xin được khuyến khích là:

Vắc xin cho người trưởng thành

- 0 tháng (ngày tiêm vắc xin) > Mũi đầu tiên
- 1 tháng (sau mũi đầu tiên) > Mũi thứ 2
- 6 tháng (sau mũi đầu tiên) > Mũi thứ 3

Để phòng ngừa

Trẻ sơ sinh và trẻ em được yêu cầu tiêm đủ 4 mũi để cơ thể được bảo vệ an toàn. Trẻ sơ sinh nên được tiêm mũi đầu tiên trong vòng 24 tiếng sau khi sinh.

Vắc xin cho trẻ em

- Khi mới sinh > Mũi đầu tiên
- 2 tháng (sau mũi đầu tiên) > Mũi thứ 2
- 4 tháng (sau mũi đầu tiên) > Mũi thứ 3
- 6 tháng (sau mũi đầu tiên) > Mũi thứ 4

*Trẻ em sinh ra ở Úc được tiêm vắc xin ngừa Viêm gan B là một phần trong chương trình tiêm ngừa của cả nước.