



# Những quan tâm về sức khỏe

## Viêm Gan Loại C

### Viêm gan loại C là gì?

Viêm gan loại C là một sự nhiễm trùng của gan, gây ra bởi một loại vi khuẩn có tên là vi khuẩn viêm gan loại C (hepatitis C virus-HCV). Theo thời gian, vi khuẩn làm suy yếu và tàn phá gan.

### Làm cách nào người ta bị nhiễm viêm gan loại C?

Viêm gan loại C lây lan qua tiếp xúc với máu, các dịch tiết ra từ cơ thể có chứa máu của người đã bị nhiễm, bao gồm:

- Kim châm dùng trong tiêm chích thuốc, xâm mình hay xỏ khoen
- Dao cạo râu, kéo hay bàn chải đánh răng.
- Những vật dụng khác dùng để tiêm hay hút thuốc như ống hút, muỗng (thìa), vật dụng dùng để đốt thuốc, đồ lọc.
- Nhận máu trước năm 1990

Viêm gan loại C có thể lây lan qua những hoạt động tính dục nếu không phòng ngừa với người đã nhiễm bệnh loại này

Một tỷ lệ nhỏ (5-10%) phụ nữ nhiễm viêm gan loại C có thể lây lan cho con của họ trong giai đoạn sinh nở.

### Những triệu chứng của viêm gan loại C ?

Hầu hết những người bị nhiễm viêm gan loại C không có triệu chứng gì cả

Một số người có thể cảm thấy yếu và mệt mỏi trong một khoảng thời gian ngắn, nhức đốt xương, đau bụng, vàng da và mắt trong sáu tháng đầu. Hầu hết mọi người đều không gặp lại triệu chứng này nữa sau vài tuần. Tuy nhiên, sau khi các triệu chứng qua đi, vi khuẩn vẫn tiếp tục sống trong cơ thể và gây suy yếu cho gan về sau.

Sau 10 năm mang vi khuẩn viêm gan loại C, cơ thể có thể sẽ xuất hiện những sẹo tại lá gan và có thể sẽ chuyển sang ung thư

### Làm cách nào tôi biết tôi bị nhiễm viêm gan loại C?

Thử máu sẽ cho biết được kết quả. Bạn cũng có thể thảo luận với bác sĩ để biết thêm chi tiết về những điều này.

### Tôi sẽ phải làm gì nếu tôi có viêm gan loại C ?

Lá gan là bộ phận rất quan trọng cho cơ thể, phân bổ những chất bổ dưỡng, sinh tố, khoáng chất và hóa chất

trong cơ thể. Gan cũng sản xuất ra các chất đạm và lưu trữ năng lượng cho cơ thể hoạt động. Vi khuẩn viêm gan loại C làm hại gan và ảnh hưởng luôn đến khả năng sinh hoạt của người ấy. Do đó, cần phải giữ cho lá gan thật tốt .



Bạn có thể duy trì sự khỏe mạnh của lá gan bằng cách:

- Luôn giữ cuộc sống được lành mạnh bằng cách ăn uống điều độ, thường xuyên tập thể dục, nghỉ ngơi và ngủ đầy đủ
- Tránh hoặc giảm thiểu những chất gây nghiện có ảnh hưởng đến gan, bao gồm rượu, thuốc kích thích, thuốc lá và một số thuốc điều trị.
- Tiêm ngừa các loại viêm gan khác (A và B). Hiện nay chưa có thuốc tiêm ngừa cho viêm gan loại C.
- Cùng với bác sĩ theo dõi sức khỏe của lá gan. Có thể thử máu thường xuyên, siêu âm và nếu cần có thể làm sinh thiết (lấy một mẫu nhỏ của lá gan để xét nghiệm)

Có những loại thuốc dùng để điều trị viêm gan loại C. Những loại thuốc thường được kê toa bao gồm một hỗn hợp thuốc của hai loại chống vi khuẩn, interferon-alpha và ribavirin trong vòng 6 đến 12 tháng có thể giúp khỏi bệnh ở một số người. Tuy nhiên, những người nhiễm viêm gan loại C có thể không chịu được những phản ứng phụ. Hãy nói chuyện với bác sĩ để tìm ra phương pháp trị liệu hay nhất cho bạn.

Tôi còn phải cẩn thận những điều gì khác nữa?

Nếu bạn nhiễm viêm gan loại C, bạn có thể lây cho những người khác

Để tránh lây lan, cần nhớ:

- Không hiến tặng máu, nội tạng, tinh trùng
- Không xài chung dao cạo râu hay bàn chải đánh răng
- Nếu bạn dùng thuốc kích thích, không xài chung kim tiêm hay những đồ dùng khác. Nên nhớ thuốc tẩy không thể ngăn ngừa vi khuẩn viêm gan loại C lây lan
- Cho bác sĩ, y tá và nha sĩ biết bạn nhiễm viêm gan loại C
- Xử dụng bao cao su khi có quan hệ tính dục.

Điều gì xảy ra nếu tôi bị nhiễm viêm gan loại C và HIV ?

Viêm gan loại C và HIV có thể chống lại nhau

Những cuộc nghiên cứu cho thấy những ai bị nhiễm cả hai thứ thường phát bệnh AIDS sớm hơn. Do đó bạn được khuyên nên giảm thuốc kích thích, duy trì sức khỏe rất quan trọng nếu bạn có đang có cả hai loại.

Cũng qua nghiên cứu cho thấy những ai bị nhiễm cả hai loại có thể bị suy gan sớm hơn và có thể có những phản ứng khác đối với thuốc điều trị HIV

Khi bị nhiễm cả hai loại, việc điều trị sẽ trở nên phức tạp hơn bởi thuốc chống HIV có thể làm yếu gan. Điều trị HIV và viêm gan loại C không phải khi nào cũng được thực hiện cùng lúc. Khi bạn được chữa trị, thường tùy vào các giai đoạn của tình hình sức khỏe cũng như mức độ tổn hại của gan. Thảo luận với bác sĩ để xem phương pháp nào thích hợp với bạn nhất

**Copyright @ACAS 2001 & 2003.** This fact sheet is produced by ACAS (Asian Community AIDS Services) and is available in English, Chinese (Traditional and Simplified), Tagalog and Vietnamese. Funding for this project is provided by the Ontario HIV Treatment Network (OHTN) and Health Canada. Copies can be downloaded at : [www.acas.org/treatment](http://www.acas.org/treatment). ACAS provides comprehensive support and case management services for Asian people living with HIV/AIDS; and HIV/AIDS prevention education to the east and southeast Asian Canadian populations in the Greater Toronto Area. ACAS is located at 33 Isabella Street, Suite 107, Toronto, Ontario M4Y 2P7. Tel: (416)-963-4300, Fax: (416)-963-4371 Email: [support@acas.org](mailto:support@acas.org)

**Legal Disclaimer:** While we make every attempt to ensure the accuracy and reliability of information contained in this website/ fact sheet, the information provided here are designed for reference purposes only. These information should not be relied upon as a substitute for medical advice from a qualified professional health care provider and should not be used for diagnosing or treating a condition or illness. Please consult a physician if you have any concerns about your health, treatment regimen and questions related to HIV/AIDS. ACAS, its employees and board members will not be responsible for any loss or harm, however arising, from the use of, or reliance on this information.