

Vieâm gan laø gì?

Vieâm gan laø baát kyø loaiï söng (moät phaün öùng bao goàm söng vaø ñau) gan naø. Vieâm gan do nhieàu thòu bao goàm sieâu vi (moät loaiï maàm beänh), ma tuøy, hoùa chaát vaø röôïu gaây ra. Vaø thòu ñieâm naøy, coù naèm loaiï sieâu vi aùnh hööung ñeán gan. Taïi Hoa Kyø, caùc loaiï vieâm gan sieâu vi phoá bieán nhaát laø vieâm gan A, vieâm gan B vaø vieâm gan C. Nhöõng sieâu vi naøy ñeàu raát khaùc nhau, nhöng taát caù ñeàu deã laây nhieãm vaø coù theá gaây ra nhöõng trieäu chöùng töõng töï. Chuùng khaùc nhau ôù caùch laây nhieãm, thòu gian nhieãm beänh keò daøi, vaø caùch ñieàu trò. Baùc só chaêm söùc söùc khoûe coù theá thòu maàu cuùa ngöôøi beänh ñeã tìm vieâm gan A, B vaø C.

Vieâm gan A laø gì?

Vieâm gan A, luèc tröôùc goïi laø “vieâm gan laây nhieãm,” laø beänh gan do sieâu vi vieâm gan A gaây ra. Beänh naøy raát deã laây vaø laây deã daøng töø ngöôøi naøy sang ngöôøi khaùc. Baát coù ai cuõng coù theá maéc beänh vieâm gan A, nhöng beänh phoá bieán hôn ôù treù em. Beänh naøy hieám khi gaây cheát ngöôøi vaø khoâng chuyeán sang beänh gan maõn tính (daøi haïn). Moät khi ñaõ maéc beänh vieâm gan A, thì khoâng theá maéc beänh laïi nöõa. Coù thuoác chuùng ngöøa ñeã phoøng ngöøa vieâm gan A.

Beänh laây truyeàn ra sao?

Sieâu vi vieâm gan A laây truyeàn nhieãm töø phaün (theo ñöõng haäu moän-mieäng). Ñieàu naøy coù nghóa laø bò nhieãm beänh do ñöa moät vaät gì bò nhieãm phaün cuùa ngöôøi beänh vaø mieäng. Beänh thöõng laây nhieãm khi ngöôøi maéc beänh khoâng caän thaän röôu tay sau khi duøng nhaø veä sinh. Vì lyù do naøy, ngöôøi soáng chung hay giao hôïp vòu ngöôøi beänh seõ coù nguy cô maéc beänh raát cao. Sieâu vi cuõng coù theá laây truyeàn trong caùc chöõng trình chaêm söùc treù nhuù trong doanh nghieáp lieän quan ñeán taø giaáy vaø thöïc phẩm nhö nhaø haøng. Vieâm gan A coù theá laây truyeàn khi duøng thöïc aên (nhö toám cua soø oác coøn soáng hay naáu chöa chín) hoaëc uoáng nöõc bò nhieãm baùn. Beänh vieâm gan A cuõng ñaõ boác phaùt ôù nhöõng ngöôøi duøng ma tuøy baát hôïp phaùp. Khoâng gioáng nhö nhöõng loaiï sieâu vi vieâm gan khaùc, vieâm gan A raát hieám khi laây truyeàn qua ñöõng maàu.

Caùc trieäu chöùng cuùa beänh laø gì?

Caùc trieäu chöùng cuùa beänh vieâm gan A bao goàm soát, meät moùi, chaùn aên, ñau bao töù, buoàn noãn, tieâu chaùy, vaø vaøng da. Daáu hieäu cuùa beänh vaøng da laø vaøng maét vaø da, nöõc tieäu coù maøu saãm. Thanh thieáu nieãn vaø ngöôøi lòùn coù theá maéc nhöõng trieäu chöùng naøy nhieàu hôn laø treù em. Treù nhuù bò vieâm gan A thöõng coù trieäu chöùng nheï hoaëc khoâng coù trieäu chöùng gì caù. Caùc trieäu chöùng thöõng keò daøi chöa töù hai thaùng. Moät vaøi ngöôøi lòùn coù theá caùm thaáy meät moùi cho ñeán 6 thaùng, nhöõng raát hieám.

Caùc trieäu chöùng xuaát hieän luèc naø?

Caùc trieäu chöùng vieâm gan A, khi xaùy ra, thöõng xuaát hieän khoaùng ba tuaàn töù moät thaùng sau khi ñaõ bò nhieãm sieâu vi, nhöng coù theá laø töø 15 ñeán 50 ngaøy.

Vieâm gan A ñöõc chaån ñoàn ra sao?

Vieâm gan A ñöõc chaån ñoàn khi thòu maàu. Thòu maàu seõ cho bieát söi khaùc bieät giöõa vieác nhieãm beänh hieän taïi vaø trong quaù khòu. Cuõng coù nhöõng loaiï thòu maàu ño xem möùc ñoã hö gan nhieàu nhö theá naø, nhöng nhöõng thòu nghieãm naøy khoâng cho bieát ñeàu gì gaây haïi cho gan.

Ñieàu trò vieâm gan A nhö theá naø?

Khoâng coù ñieàu trò ñaéc bieät naø cho ngöôøi maéc beänh vieâm gan A. Neãn nghæ ngöi vaø uoáng nhieàu chaát löõng. Traùnh uoáng röôïu vaø thuoác vì chuùng coù theá gaây haïi nhieàu hôn cho gan.

Làm sao để phòng ngừa viêm gan A?

Làm theo các dẫn dưới đây. Nếu thành thói quen, bạn sẽ có thể phòng ngừa viêm gan A—cũng nhờ những bệnh khác:

- ✦ Luôn rửa tay sạch sẽ bằng xà phòng và nước trước khi ăn hoặc đi vệ sinh, sau khi sử dụng nhà vệ sinh, sau khi thay tã. Khi không có xà phòng và nước, dùng khăn giấy mềm có cồn hoặc bình diệt trùng có gel. Bạn cũng có thể tìm mua những viên rửa tay khô để mang theo.
- ✦ Tránh ăn tôm cua sò oyster sống hay nấu chưa chín.
- ✦ Luôn rửa sạch trái cây và rau củ trước khi ăn.

Để bảo vệ da bạn, chích ngừa viêm gan A là một lựa chọn. Nên chích ngừa cho tất cả trẻ em từ 12–23 tháng tuổi. Những người sau đây, trẻ em từ 12–23 tháng tuổi hay lớn hơn có nguy cơ mắc bệnh viêm gan A hay bị biến chứng cao:

- ✦ Khách du lịch đến những nơi có tỷ lệ viêm gan A cao.
- ✦ Trẻ em sống ở những trại tị nạn, trại tị nạn hoặc trại tị nạn có tỷ lệ viêm gan A cao.
- ✦ Những người quan hệ tình dục với người khác.
- ✦ Những người dùng thuốc chích hay không chích.
- ✦ Những người bị bệnh gan mãn tính, bao gồm viêm gan C và viêm gan B.
- ✦ Những người bị bệnh máu chảy hoặc bệnh máu đông.

Immune globulin (Ig) là loại thuốc chích ngừa viêm gan A. Thuốc này được dùng cho:

- ✦ Những người chích ngừa viêm gan A và tiếp xúc với người viêm gan A. Phải cho dùng Immune globulin trong vòng hai tuần sau khi bị nhiễm siêu vi viêm gan A để bảo vệ tốt nhất.
- ✦ Những người bị bệnh về hệ tiêu hóa dùng thuốc chích ngừa viêm gan A hay không muốn dùng thuốc này, và những người sống ở những nơi có tỷ lệ viêm gan A cao.

Còn gì nữa để nói về những người mắc bệnh viêm gan A không?

Còn. Vì viêm gan A có thể lây truyền qua người khác, nên luật Massachusetts mới ban hành các quy định để bảo vệ cộng đồng khỏi bệnh viêm gan A cho mọi người sống trong nhà. Để bảo vệ da bạn, dân chúng, nhân viên trong doanh nghiệp liên quan đến thực phẩm, bị viêm gan A không được làm việc cho đến khi hoàn toàn hết sốt và qua hết một tuần kể từ khi xuất hiện các triệu chứng. Những người có thể phải chích Ig. Doanh nghiệp liên quan đến thực phẩm bao gồm nhà hàng, cửa hàng bán mì, bánh mì, nhà bán bánh kẹo và nhà bán đồ ăn nhanh. Yêu cầu này cũng bao gồm nhân viên ô tô rửa xe, công nhân chế biến thực phẩm, nội trợ thuê ban ngày và các nhân viên chăm sóc sức khỏe cho người khác, chăm sóc người già, hay phẫu thuật.

Còn thể lấy thêm thông tin ư nữa?

- ✦ Bác sĩ, y tá hay bệnh nhân.
- ✦ Mọi người sống trong nhà (ghi trong sổ danh bạ điện thoại phần danh sách người sống trong nhà).
- ✦ Ban Sức Khỏe Công Cộng Massachusetts (Massachusetts Department of Public Health, hay MDPH), Phân Ban Dịch Tễ và Chích Ngừa theo số: (617) 983-6800 hay số miễn phí (888) 658-2850, hoặc trên mạng lưới MDPH tại <http://www.mass.gov/dph>.

Vieâm gan laø gì?

Vieâm gan laø baát kyø loaïi söng (moät phaün òùng bao goàm söng vaø ñau) gan naøo. Vieâm gan do nhieàu thöu bao goàm sieâu vi (moät loaïi maàm beänh), ma tuøy, hoùa chaát vaø röõu gaây ra. Vaøo thöøi ñieäm naøy, coù naêm loaïi sieâu vi aùnh hööung ñeán gan. Taïi Hoa Kyø, caùc loaïi vieâm gan sieâu vi phoá bieán nhaát laø vieâm gan A, vieâm gan B vaø vieâm gan C. Nhöõng sieâu vi naøy ñeàu raát khaùc nhau, nhöng taát caù ñeàu deã laây nhieäm vaø coù theá gaây ra nhöõng trieäu chöùng töông töï. Chuùng khaùc nhau ôu caùch laây nhieäm, thöøi gian nhieäm beänh keuo daøi, vaø caùch ñieàu trò. Baùc só chaêm söc söc khuê coù theá thöu maùu cuûa ngöõøi beänh ñeã tìm vieâm gan A, B vaø C

Vieâm gan B laø gì?

Vieâm gan B laø beänh gan do sieâu vi vieâm gan B gaây ra. Ñây laø beänh traàm troïng coù theá daãn ñeán xô gan (ñòùng seïo trên gan) vaø/hoaëc ung thö gan. Phaàn lòùn ngöõøi maéc beänh naøy ñeàu khoûi beänh vaø khoâng bao giöø maéc laïi nöõa. Tuy nhieän, coù khoaùng 10% ngöõøi maéc beänh vieâm gan B seõ bò beänh maõn tính (beänh daøi haïn) vaø coù theá laây beänh cho ngöõøi khaùc (laø ngöõøi mang maàm beänh). Ngöõøi maéc beänh caøng treù thì caøng coù nhieàu nguy cô bò beänh maõn tính vaø chuyeän sang beänh gan traàm troïng hôn.

Beänh laây truyeàn ra sao?

Sieâu vi vieâm gan B laây nhieäm do tieáp xuùc troïc tieáp vôùi maùu, tinh dòch, dòch aâm ñaïo vaø chaát dòch khaùc cuûa cô theá cuûa ngöõøi maéc beänh. Duøng chung kim chích ma tuøy hay giao hoïp vôùi ngöõøi maéc beänh coù theá laây truyeàn sieâu vi. Nhaân vieân chaêm söc söc khuê bò kim nhieäm ñaâm cuõng coù theá maéc beänh neáu khoaùng ñöõc baùo veã böüi mieän dòch, nhö chích ngöõa. Phuï nöõ mang thai coù sieâu vi trong maùu coù theá laây sang cho con luïc sinh nöu. Sieâu vi cuõng coù theá laây nhieäm khi duøng chung caùc vaät duïng caù nhaân nhö baøn chaùi ñaùn raêng, dao caïo raâu, hay baát coù vaät gì khaùc coù maùu trên ño. Tieáp lieäu maùu ôu Hoa Kyø giöø ñây ñöõc thöu nghieäm ñeã phoøng ngöõa söi laây truyeàn vieâm gan B, nhöng trong quaù khöu, moät soá troøøng hoïp maéc beänh laø do truyeàn maùu.

Sieâu vi vieâm gan B KHOÁNG laây nhieäm qua tieáp xuùc thoàng thöõøng nhö oâm, haét hôi, ho hay duøng chung thöüc aên vaø thöüc uoáng. Quyù vò khoaùng maéc beänh vieâm gan B khi hieán maùu.

Caùc trieäu chöùng cuûa beänh laø gì?

Caùc trieäu chöùng cuûa beänh vieâm gan B laø meät moûi, chaùn aên, buoàn noân, ñau bao töü, ñau cô hay ñau khôùp. Nöõùc tieäu coù theá saãm maøu hôn, vaø coù theá xuaát hieän beänh vaøng da (vaøng da vaø troøng traéng maét).

Caùc trieäu chöùng xuaát hieän söùm nhö theá naøo?

Nhieàu ngöõøi bò vieâm gan B coù caùc trieäu chöùng nheï hay khoaùng coù trieäu chöùng naøo caù, nhöng hoï vaãn laây sieâu vi sang ngöõøi khaùc. Caùc trieäu chöùng coù theá baét ñaàu töø saùu tuaàn cho ñeán saùu thaùng sau khi tieáp xuùc vôùi sieâu vi.

Vieâm gan B ñöõc chaïn ñoàn ra sao?

Vieâm gan B ñöõc chaïn ñoàn khi thöu maùu. Nhöõng thöu nghieäm maùu naøy ñöõc duøng ñeã cho bieát söi khaùc bieát giöõa vieác nhieäm beänh hieän taïi vaø trong quaù khöu.

Ñieàu trò vieâm gan B nhö theá naøo?

Phaàn lòùn ngöõøi maéc beänh vieâm gan B ñeàu khoûi beänh maø khoaùng caàn ñieàu trò. Thoàng thöõøng, chà caàn naèm nghæ ngoi laø ñuù. Ngöõøi maéc beänh vieâm gan B maõn tính seõ ñöõc ñieàu trò baèng loaïi thuoác ñaéc bieät choáng sieâu vi. Ngöõøi maéc beänh vieâm gan B neän traùn uoáng röõu hay duøng thuoác hoaëc thuoác boá dinh döõøng voán seõ coù haïn cho gan, vì nhöõng loaïi naøy coù theá laøm beänh naèng theám. Cuõng neän chích ngöõa vieâm

gan A ñeã baùo veã gan choáng laïi sieâu vi gaây beãnh vieãm gan A. Hoûi baùc số cuûa quyù vò veã nhöõng löïa choïn ñieàu trò vaø nhöõng böôùc neãn thöïc hieãn ñeã baùo veã gan.

Laøm theá naøo ñeã phoøng ngöøa vieãm gan B?

Ñeã khoâng maéc beãnh daøi haïn, toát nhaát laø chích ngöøa vieãm gan B. Taát caù treù sô sinh, treù em cho ñeãn 18 tuoã, vaø ngöôøi lòùn coù nguy cô vieãm gan B ñeàu neãn chích ngöøa. Ngöôøi lòùn coù nguy cô maéc beãnh vieãm gan B bao goàm:

- ✦ Ngöôøi coù nhieàu baïn tình;
- ✦ Ñaøn oâng giao hôïp vôùi ñaøn oâng;
- ✦ Ngöôøi giao hôïp vôùi ngöôøi maéc beãnh;
- ✦ Ngöôøi baùn daâm;
- ✦ Ngöôøi chích ma tuøy;
- ✦ Tieáp xuùc trong nhaø vôùi ngöôøi maéc beãnh vieãm gan B;
- ✦ Nhaân vieãn chaêm söc söc khuê vaø an toaøn coâng coäng coù tieáp xuùc vôùi maùu hay dòch cô theá;
- ✦ Ngöôøi ñang thaãm taùch maùu;
- ✦ Ngöôøi bò beãnh khoâng ñoàng maùu vaø ngöôøi khaùc ñöôïc truyeàn saün phaãm maùu;
- ✦ Nhaân vieãn vaø cô daân soáng vaø laøm vieäc vôùi ngöôøi chaäm phaùt trieãn;
- ✦ Du khaùch töøi caùc quoaác gia vaø vuøng coù beãnh vieãm gan B phoả bieán;
- ✦ Ngöôøi nhaáp cô, ngöôøi tò naïn, vaø con nuoãi töø caùc quoaác gia coù beãnh vieãm gan B phoả bieán; vaø
- ✦ Ngöôøi baùn xöù Alaska vaø ngöôøi ôu quaàn ñaàu Thaùi Bình Döông.

Caùch toát nhaát ñeã phoøng ngöøa maéc beãnh vieãm gan B laø traùnh tieáp xuùc vôùi maùu vaø chaát dòch cô theá cuûa ngöôøi beãnh, bao goàm nhöõng ñieàu sau ñaây:

- ✦ Neáu chích ma tuøy, khoâng duøng chung kim, oáng chích vaø nhöõng thöù khaùc vôùi baát coù ai. Röûa tay troöùc vaø sau khi chích ma tuøy. Khoâng duøng chung oáng hít baích phieán hay ma tuøy, do nhöõng thöù naøy cuøng coù theá bò dính maùu treãn ñoù. Tìm hieäu veã chöông trình ñieàu trò giuùp quyù vò cai ma tuøy.
- ✦ Söù ñuõng bao cao su moãi laàn giao hôïp.
- ✦ Chæ xaâm mình hay xöù loã treãn cô theá ôu nôï coù söù ñuõng thieát bò khöù tröøng.
- ✦ Mang bao tay neáu caàm maùu hay dòch cô theá.
- ✦ Khoâng duøng chung vaät ñuõng caù nhaân nhö baøn chaùi ñaùnh raêng vaø dao caïo raâu.

Coù caàn chích ngöøa vieãm gan B cho baát kyø ngöôøi naøo khoâng?

Taïi Massachusetts, taát caù treù em ñeãn nôï giöõ treù hay nhaø treù coù caáp pheùp, vaø troöøng maäu giaùo cho ñeãn lòùp 12 ñeàu phaûi chích ba muõi ngöøa vieãm gan B. Sinh vieãn toaøn nhieãm troöøng cao ñaúng vaø sinh vieãn cao hoïc, vaø sinh vieãn khoa hoïc söc söc khuê vaøo cao ñaúng cuøng phaûi chích ba muõi ngöøa vieãm gan B. Caùc haøng töø phaûi cho caùc nhaân vieãn (nhö nhaân vieãn chaêm söc söc khuê) coù tieáp xuùc vôùi maùu vaø dòch cô theá khi ñang laøm, chích ngöøa.

Coù theá laáy theâm thoàng tin ôu ñaàu?

- ✦ Baùc số, y taù hay beãnh xaù.
- ✦ Hoã ñoàng söc söc khuê ñoà phöông (coù ghi trong soã danh baï döôøi phaàn chaùnh quyeàn ñoà phöông).
- ✦ Ban Söc Khuê Coäng Coäng Massachusetts (Massachusetts Department of Public Health, hay MDPH), Phaân Ban Dòch Teã vaø Chích Ngöøa theo soá: (617) 983- 6800 hay soá mieãn phí (888) 658-2850, hoaëc treãn maïng löôùt MDPH taï <http://www.mass.gov/dph>.

Vieâm gan laø gì?

Vieâm gan laø baát kyø loaïi söng (moät phaün òùng bao goàm söng vaø ñau) gan naøo. Vieâm gan do nhieàu thòu bao goàm sieâu vi (moät loaïi maàm beänh), ma tuøy, hoùa chaát vaø röôiu gaây ra. Vaøo thôøi ñieäm naøy, coù naêm loaïi sieâu vi aünh hööüng ñeán gan. Taï Hoa Kyø, caùc loaïi vieâm gan sieâu vi phoã bieán nhaát laø vieâm gan A, vieâm gan B vaø vieâm gan C. Nhöõng sieâu vi naøy ñeàu raát khaùc nhau, nhöng taát caù ñeàu deã laây nhieäm vaø coù theã gaây ra nhöõng trieäu chöùng töõng töï. Chuùng khaùc nhau ôu caùch laây nhieäm, thôøi gian nhieäm beänh keuo daøi, vaø caùch ñieàu trò. Baùc só chaêm söc söc khoûe coù theã thòu maàu cuùa ngöðøi beänh ñeã tìm vieâm gan A, B vaø C

Vieâm gan C laø gì?

Vieâm gan C laø beänh gan do sieâu vi vieâm gan C gaây ra. Sieâu vi vieâm gan C coù trong maàu vaø gan cuùa ngöðøi maéc beänh vieâm gan C. Phaàn lòun ngöðøi maéc beänh vieâm gan C seõ bò beänh maõn tính (beänh daøi haïn) vaø coù theã laây sang ngöðøi khaùc. Moät soá trong nhöõng ngöðøi naøy seõ bò hö gan vaø bò beänh naëng trong khi nhöõng ngöðøi khaùc vaãn khoûe maïn trong nhieàu naêm. Sieâu vi coù theã gaây xô gan (ñoùng seïo treán gan) vaø/hoaëc ung thö gan ôu moät soá ngöðøi.

Beänh laây truyeàn ra sao?

Sieâu vi vieâm gan C laây truyeàn chaünh yeáu do tieáp xuùc töïc tieáp vôùi maàu (hay dòch cô theã coù maàu) cuùa ngöðøi beänh. Caùch laây nhieäm sieâu vi vieâm gan C phoã bieán nhaát laø qua caùch chích ma tuøy. Duøng chung kim chích, vaät düng, boâng goøn, nõöuc, hay baát cöu thieát bò chích ma tuøy naøo khaùc vôùi ngöðøi beänh ñeàu coù theã laây truyeàn sieâu vi. Trong quaù khöu, moät soá ngöðøi bò maéc beänh sau khi ñöïc truyeàn maàu hay caáy gheùp cô quan noãi táng. Tuy nhieän, keã töø thaùng Baýy naêm 1992, tieáp lieäu maàu ñaõ ñöïc kieám tra kyø ñeã tìm sieâu vi vaø tieáp lieäu maàu ñöïc coi laø an toaøn. Nhaân vieân chaêm söc söc khoûe coù theã bò nhieäm beänh khi bò kim hay vaät nhöin ñaäm vaøo khi ñang laøm vieäc. Sieâu vi coù theã laây lan khi duøng chung vaät düng caù nhaân nhö baøn chaüi ñaünh raëng, dao caïo raâu, hay baát cöu vaät gì khaùc coù maàu treán ñoù. Sieâu vi cuõng coù theã laây lan khi xaâm mình, xôu loã treán cô theã hay kim chaâm cöu chöa ñöïc khöu truøng.

Sieâu vi vieâm gan C coù theã laây truyeàn qua giao hoïp, nhöng khoâng phoã bieán ôu ngöðøi coù baïn tình laâu daøi, oãn ñònh. Ngöðøi coù nhieàu baïn tình coù nguy cô maéc beänh vieâm gan C cao hôn. Ngöðøi meï maéc beänh coù theã laây sang cho con khi sinh nõu.

Sieâu vi vieâm gan C KHOÂNG laây truyeàn khi tieáp xuùc thoâng thöðøng nhö oãm, haét hôi, ho, hay duøng chung thöuc aên vaø thöuc uoáng.

Caùc trieäu chöùng cuùa beänh laø gì?

Caùc trieäu chöùng beänh vieâm gan C laø vaøng da vaø maét (beänh vaøng da), meät moùi, chaün aên, suït caân, buoàn noãn, ñau bao töü, vaø nõöuc tieäu saãm maøu. Nhieàu naêm sau, coù theã xuaát hieän xô gan ôu ngöðøi bò beänh, khi moã seïo thay theã caùc teá baøo gan khoûe maïn.

Caùc trieäu chöùng xuaát hieän luùc naøo?

Khi laàn ñaàu tieän bò nhieäm sieâu vi vieâm gan C, ngöðøi beänh khoâng coù trieäu chöùng gì caù, hoaëc chæ coù caùc trieäu chöùng nheï. Ñoái vôùi nhöõng ngöðøi coù trieäu chöùng thì thöðøng xuaát hieän töø sauu tuaàn ñeán sauu thaùng sau khi bò nhieäm. Nhieàu ngöðøi maéc beänh vieâm gan C maõn tính khoâng coù caùc trieäu chöùng cho ñeán haøng naêm sau, ñeán caù haøng chüic naêm sau ñoù.

Vieâm gan C ñöôic chaån ñoaùn ra sao?

Vieâm gan C ñöôic chaån ñoaùn khi thöu màu.

Ñieàu trò vieâm gan C nhö theá naøo?

Còu theá ñieàu trò vieâm gan C baèng thuoác ñaëc bieät choáng sieâu vi. Ngöôøi bò nhieãm vieâm gan C neãn chích ngöøa vieâm gan A vaø vieâm gan B, hai loaïi sieâu vi khaùc gaây hö gan neáu hoï còu nguy cô nhieãm hai beãn h naøy. Ngöôøi nhieãm vieâm gan C khoâng neãn uoáng röôiu, duøng ma tuøy baát hôïp phaùp, hay duøng caùc loaïi thuoác hay thuoác boá dinh döông khaùc seõ gaây haii theâm cho gan. Hoï baùc só veà caùc löia choïn ñieàu trò vaø caùc böôùc neãn thöïc hieän ñeã baùo veã gan cuõa quyù vò.

Laøm sao ñeã phoøng ngöøa vieâm gan C?

Khoâng còu thuoác chuùng ngöøa vieâm gan C.

Nhöõng ngöôøi còu nguy cô nhieãm vieâm gan C neáu hoï:

- ✦ Chích ma tuøy chöi ñen hay duøng chung thieát bò chích ma tuøy, duø chæ moät laàn.
- ✦ Ñöôic truyeàn màu, caùc saùn phaãm màu, hay caáy gheùp cô quan noãi taïng tröôùc thaùng Baù y naêm 1992.
- ✦ Còu nhieàu baïn tình, ñaëc bieät laø neáu khoâng söu düng bao cao su.
- ✦ Laø nhaân vieãn chaêm söc söc khuê (nhö baùc só hay y taù) còu theá tieáp xuùc vôùi màu hay kim chích.
- ✦ Laø treù em do ngöôøi meï nhieãm vieâm gan C sinh ra.
- ✦ Ñang thaãm taùch thaãn.

Caùch toát nhaát ñeã phoøng ngöøa khoâng nhieãm vieâm gan C laø traùn h tieáp xuùc vôùi màu cuõa ngöôøi beãn h.

Caùch khaùc ñeã ngaên ngöøa söi laáy nhieãm cuõa vieâm gan C bao goàm nhöõng ñieàu sau:

- ✦ Neáu chích ma tuøy, khoâng duøng chung vaät düng vôùi baát cöu ngöôøi naøo. Röüa tay tröôùc vaø sau khi chích ma tuøy. Khoâng duøng chung óng hít baïch phieán vaø ma tuøy vì nhöõng thöu naøy còu theá dính màu treãn ñòu. Tìm hieäu theâm veà chöông trình ñieàu trò giuùp quyù vò cai ma tuøy.
- ✦ Söu dung bao cao su moãi laàn giao hôïp.
- ✦ Chæ xaãm mình hay xô löã treãn cô theá ôu nhöõng nôï còu duøng thieát bò khöu truøng.
- ✦ Nhaân vieãn chaêm söc söc khuê vaø ngöôøi doïn deïp beãn h vieãn hay nôï khaùc còu kim chích vaø vaät nhoïn neãn laøm theo caùc phoøng ngöøa tieâu chuaån (quoác teá) vôùi **moãi** beãn h nhaân.
- ✦ Khoâng duøng chung dao caïo raâu hay baøn chaù ñaùn h raêng.
- ✦ Neáu bò nhieãm vieâm gan C, khoâng hieãn màu, tình truøng, hay cô quan noãi taïng.

Còu theá laáy theâm thoâng tin ôu ñaùu?

- ✦ Baùc só, y taù, hay beãn h xaù.
- ✦ Hoãi ñoàng söc khuê ñà phöông (còu ghi trong soã danh baï ñieãn thoãï döôùï phaàn “chaùn h quyèan”).
- ✦ Ban Söc Khuê Công Công Massachusetts (Massachusetts Department of Public Health, hay MDPH), Phaân Ban Dòch Teã vaø Chích Ngöøa theo soá: (617) 983-6800 hay soá mieãn phí (888) 658-2850, hoaëc treãn maïng löôùï MDPH tại <http://www.masshepc.org>.
- ✦ Ñöông daáy noùng Vieâm Gan C cuõa MDPH theo soá 1-888-443-hepC (4372).