Bệnh viêm gan B, thông tin dành cho bệnh nhân và những quy định chỉ đạo

Tờ thông tin về phòng chống lây nhiễm của Hội bác sĩ phòng chống lây nhiễm

Vì sao bạn nhận được thông tin này?

Qua một xét nghiệm máu cho thấy bạn bị viêm gan B. Đây là tờ giấy với thông tin về bệnh viêm gan B và những gì bạn cần phải nghĩ đến khi bị viêm gan B.

Viêm gan B là gì?

Viêm gan B là một loại vi rút có trong gan, trong máu và trong một số chất lỏng của cơ thể (ví dụ như tinh trùng). Người ta có thể bị nhiễm viêm gan B trong thời gian dài mà không thấy gì. Ngay cả khi người ta không thấy có triệu chứng, thì bệnh viêm gan B vẫn có thể rất dễ lây truyền. Sau nhiều năm bị viêm, người ta có thể có vấn đề với gan.

Bệnh viêm gan B lây truyền như thế nào?

Có nhiều người bị viêm gan B. Khoảng 300 triệu người trên thế giới bị viêm gan B theo con số thống kê của tổ chức Y tế Thế Giới (WHO) năm 2019. Đa số bị truyền nhiễm từ mẹ từ khi sinh ra.

Viêm gan B cũng lây qua đường tình dục khi không dùng bao cao su. Quan hệ tình dục không được bảo vệ, hoặc giao cấu ở âm đạo hay ở hậu môn, và đôi khi quan hệ tình dục bằng miệng cũng có thể truyền vi rút viêm gan B. Viêm gan B cũng có thể lây truyền qua đường máu, nếu được tuyền máu bị nhiễm vi rút viêm gan B vào trong máu mình, vào niêm mạc, ví dụ niêm mạc mắt, mũi hay miệng, hoặc vào vết thương hở. Nó có thể lây truyền khi những người dùng ma túy dùng chung ống tiêm, ly trộn hay những đồ vật cá nhân khác. Viêm gan B KHÔNG lây truyền khi gặp gỡ giao tiếp với bạn bè, ví dụ qua việc ôm nhau và thơm nhau hoặc qua việc dùng chung ly, đĩa hay dao nĩa. Nó cũng không lây truyền nếu máu dính vào da lành lặn cũng nhưqua việc dùng cùng nhà vệ sinh.

Tôi phải nghĩ gì để không làm lây truyền cho người khác?

Bạn phải theo những **quy định chỉ đạo** mà bác sĩ đưa ra:

- Bạn phải đến kiểm lại khi bác sĩ của bạn đề nghị.
- Bạn phải kể cho người bạn quan hệ tình dục với là bạn bị viêm gan B.
- Bạn phải dùng bảo hộ/bao cao su khi quan hệ tình dục nếu bạn tình của bạn chưa miễn dịch, có nghĩa là chưa từng bị viêm gan B hay chưa tiêm ngừa chống viêm gan B.
- Bạn phải kể là máu của bạn là máu ”lây nhiễm” khi bạn đến nha khoa hay y tế nơi mà nhân viên tiếp xúc với máu của bạn ví dụ lấy xét nghiệm hay giải phẫu/phẫu thuật.
- Bạn cũng phải kể là máu của bạn là máu ”lây nhiễm” nếu bạn muốn xăm, xuyên khuyên, xuyên lỗ tai hay được điều trị gì đó mà gây chảy máu trên da.
- Không dùng chung máy cạo râu hay bàn chải đánh răng với người khác.
- Nếu ai bị dính máu của bạn vào vết thương trên da, mắt, mũi hay miệng, bạn phải kể rằng máu của bạn lây nhiễm viêm gan B. Yêu cầu người đó rửa bằng nước ngay lập tức. Người đó phải sớm nhất liên hệ trạm y tế và cơ sở phòng chống lây nhiễm gần nhất hay Trung tâm tư vấn y tế 1177 để nhanh chóng được tiêm vắc xin miễn phí để phòng chống viêm gan B.
- Nếu bạn dùng ống tiêm hay kim tiêm, bạn không được dùng chung với người khác. Bạn cũng không được dùng chung ly trộn thuốc ma túy và các đồ vật cá nhân khác.
- Bạn không được cho máu hay hiến tinh trùng hoặc trứng.

- Việc hiến tạng hay mô cho việc cấy ghép có thể được trong những trường hợp được chọn lọc.
- Hãy kể cho bác sĩ của bạn biết nếu bạn có bạn tình hay thành viêm trong gia đình có thể cần vắc xin chống viêm gan B.

Có những lời khuyên về vệ sinh cá nhân là hữu ích nếu làm theo để không lây cho người khác:

- Hãy dùng băng keo cá nhân/ băng y tế cho tất các vết thương ngoài da.
- Nếu ai giúp bạn băng bó vết thương, thì người đó phải dùng găng tay nhựa.
- Hãy gói những vật dính máu cẩn thận trước khi vứt đi.
- Nếu bạn dính máu lên quần áo, chúng có thể được giặt trong máy.
- Những vết máu ví dụ trên sàn nhà được chùi bằng giấy rồi bỏ đi. Sau đó hãy rửa cẩn thận với nước và chất tẩy rửa.

Tôi phải nghĩ gì trước khi quan hệ tình dục với bạn tình?

Bạn phải kể cho bạn tình của bạn là mình bị viêm gan B. Bạn phải dùng bao cao su nếu bạn tình của bạn chưa miễn dịch (có nghĩa là chưa bị viêm gan B hay là chưa tiêm phòng ngừa viêm gan B). Tốt nhất là bạn nên dẫn bạn tình của bạn đến bác sĩ/trạm y tế của bạn để người đó có thể được tiêm vắc xin phòng chống viêm gan B miễn phí, trước khi các bạn quan hệ tình dục.

Nếu bạn có nguy cơ đã làm lây cho người khác, ví dụ như qua quan hệ tình dục mà không dùng bao cao su với người chưa được tiêm vắc xin, thì người đó cũng có thể được tiêm vắc xin sau để giảm nguy cơ bị lây nhiễm. Vắc xin có hiệu quả tốt nhất nếu được dùng trong vòng 2 ngày.

Tôi cần đến bác sĩ kiểm tra thường xuyên như thế nào?

Bác sĩ của bạn là người quyết định bạn đến tái kiểm tra thường xuyên ra sao. Thường thì một năm một lần, nhưng đôi khi cần đến thường xuyên hơn.

Bị viêm gan B có nguy hiểm không?

Đa số người bị viêm gan B không bao giờ có vấn đề gì với gan, nhưng một số người có thể bị sau nhiều năm viêm nhiễm. Những người có vấn đề, trong trường hợp xấu nhất sẽ bị teo gan hoặc ung thư gan. Khi bạn gặp bác sĩ thường xuyên, bác sĩ sẽ kiểm tra tình trạng gan của bạn và cho điều trị nếu cần thiết.

Có cách chữa trị viêm gan B không?

Nếu cần thiết bạn sẽ được điều trị. Đa số không cần điều trị. Bác sĩ của bạn có thể cho biết bạn có cần điều trị hay không.
Việc điều trị thường không thể làm khỏi hẳn hoặc loại bỏ sự viêm nhiễm nhưng có thể làm giảm nguy cơ cho các vấn đề với gan.

Tôi có thể làm cha mẹ được không?

Có, viêm gan B không phải là trở ngại cho việc có con hoặc làm cha hay mẹ. Nhưng điều quan trọng là bạn tình của bạn phải có miễn dịch (ví dụ là đã tiêm vắc xin) phòng chống viêm gan B trước khi các bạn có con. Nếu bạn đã có thai, có cách ngăn ngừa vi rút viêm gan B truyền sang con. Đôi khi bạn có thể được điều trị viêm gan B trong thời kỳ mang thai cuối. Đứa trẻ sẽ được vắc xin ngay khi được sinh ra và được thêm vài liều vắc xin nữa trong năm đầu tiên. Bằng cách đó, nguy cơ trẻ em bị truyền nhiễm rất thấp. Nếu trẻ nhận được vắc xin theo kế hoạch thì trẻ vẫn được cho bú bình thường.

Tôi có thể làm bất cứ công việc gì hoặc tham gia các hoạt động giải trí gì không?

Người ta có thể làm bất cứ công việc gì khi bị viêm gan B. Nếu công việc của bạn làm có nguy cơ bạn bị thương và làm cho máu dính đến người khác- hãy nói điều này với bác sĩ của bạn. Tương tự, nếu bạn không chắc chắn khi bạn định lựa chọn học một nghề đặc biệt gì đó. Bạn không cần kể cho chủ của bạn là bạn bị viêm gan B. Nếu bạn muốn tham gia một môn thể thao mà có khi bị chảy máu, hãy nói với bác sĩ của bạn. Bác sĩ của bạn có thể quyết định bạn nên để tham gia hay không.

Viêm gan B có trong luật phòng chống lây nhiễm- điều đó có nghĩa gì?

Luật phòng chống lây nhiễm là để giảm nguy cơ cho một vài bệnh truyền nhiễm, ví dụ như viêm gan B, lây sang nhiều người.
Bạn bị viêm gan B, có quyền được chăm sóc và chữa trị miễn phí cho bệnh viêm gan B. Bạn phải tuân theo các quy định chỉ dẫn mà bác sĩ của bạn đưa ra. Bạn cũng phải giúp đỡ trong việc tìm kiếm các đầu mối bị lây nhiễm.
Nếu bạn nhận được một quy định chỉ dẫn mà bạn cho rằng điều đó là sai, bạn có thể liên hệ bác sĩ phòng chống lây nhiễm ở tỉnh của bạn. Trước khi điều đó được điều tra xét duyệt xong, bạn phải tuân theo những quy định mà bạn đã nhận.

Tìm kiếm các đầu mối bị lây nhiễm- có nghĩa gì?

Rất quan trọng với việc tìm những người khác có mắc viêm gan B, để họ có thể được kiểm tra gan và để bệnh viêm nhiễm không lây đến những người khác. Nếu bạn có viêm gan B, bạn phải kể cho bác sĩ của mình biết ai hoặc những ai bạn đã có quan hệ tình dục với, hoặc bằng cách nào đó có nguy cơ lây nhiễm (ví dụ dùng ống tiêm hoặc kim tiêm chung) để họ biết được là họ phải đi xét nghiệm viêm gan B. Điều bạn kể là bí mật (được bảo mật) và những người bạn kể đến không biết bạn là ai.

Bác sĩ của bạn sẽ có cách để gia đình và anh chị em ruột của bạn được xét nghiệm viêm gan B nếu họ sống ở Thuỵ Điển.

Bạn muốn biết thêm nữa?

Có thêm thông tin về viêm gan B có trong
www.1177.se
www.umo.se
www.folkhalsomyndigheten.se