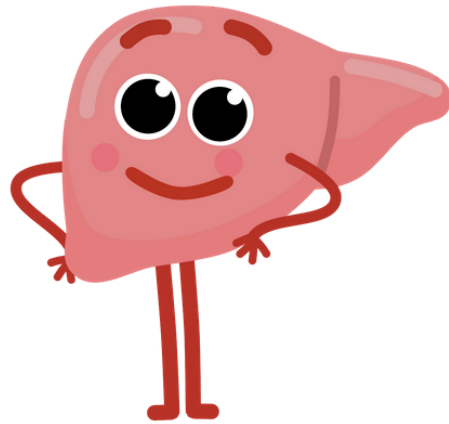


Tài liệu Hướng dẫn 'Cách nào'



Danh bạ và tài liệu này đã được soạn thảo cho người dân Brimbank và các vùng lân cận để giúp đỡ và giải đáp các câu hỏi về viêm gan siêu vi C và chỉ dẫn mọi người đến các dịch vụ phòng ngừa và điều trị trong khu vực đó.

Ở đầu trang, quý vị có thể tìm đến các tờ thông tin về viêm gan siêu vi C. Quý vị có thể in ra hoặc gửi kèm email.

Quý vị có thể tìm kiếm trong danh bạ theo tên hoặc địa điểm cũng như chọn lọc các dịch vụ cụ thể. Quý vị có thể soạn danh sách các dịch vụ có liên quan bằng cách chọn 'Lưu vào danh sách in ra'. Dưới mục (tab) 'Xem danh sách in ra', quý vị sẽ có thể in ra hoặc gửi kèm email danh sách cá nhân này.

Nếu có bất kỳ câu hỏi nào về tài liệu này hoặc có bất kỳ nhận xét hoặc đề xuất nào, xin quý vị gửi email về isabelle@hepvic.org.au

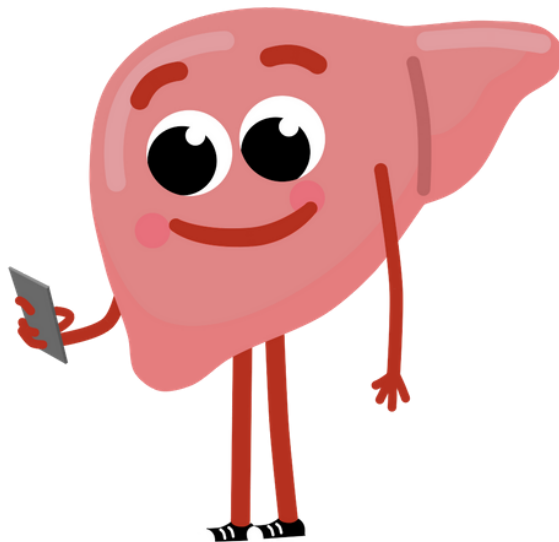
Phần giới thiệu

Hiện nay có những loại thuốc mới, chữa dứt viêm gan siêu vi C. Tuy nhiên, chỉ có khoảng 40% người Úc bị viêm gan siêu vi C dài hạn đã được chữa trị.

Nếu không chữa trị, viêm gan siêu vi C sẽ gây tổn thương gan và làm tăng nguy cơ bị các vấn đề về gan như ung thư gan và suy gan.

Điều này có thể ngăn ngừa được bằng cách chữa trị.

Biết nơi để được xét nghiệm và điều trị viêm gan siêu vi C có thể không dễ dàng. Tài liệu này sẽ giúp quý vị tìm thấy nơi quý vị có thể đến và giải đáp bất kỳ câu hỏi nào của quý vị, nếu có.



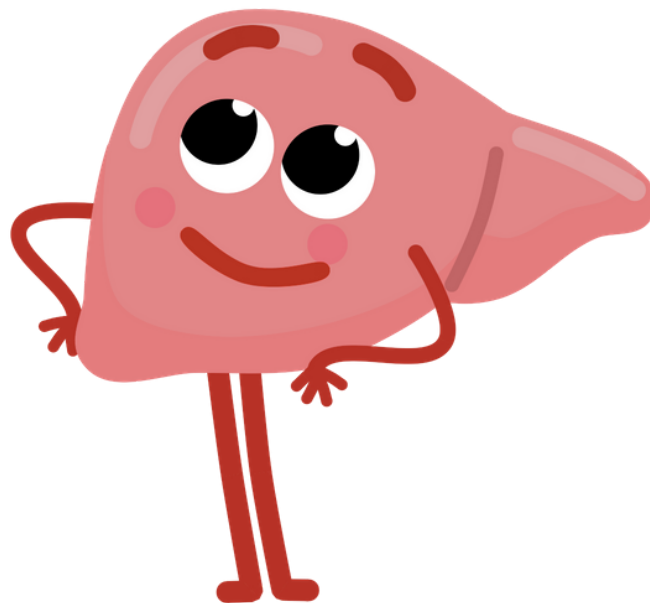
Phòng ngừa

Viêm gan siêu vi C lây lan khi máu tiếp xúc với máu, chẳng hạn như:

- Dùng chung dụng cụ tiêm chích bao gồm ống tiêm, thìa/muỗng, gạc và garô.
- Xăm hình hoặc xỏ lỗ 'làm chui'.
- Truyền máu ở Úc trước năm 1990 hoặc bất kỳ thủ thuật y khoa nào ở nước ngoài.

Nếu tiêm chích ma túy, điều quan trọng là quý vị phải cố gắng sử dụng dụng cụ tiêm chích sạch khi có thể. Quý vị có thể nhận được những thứ này từ các chương trình ống tiêm và kim chích (Needle and Syringe Program - NSP's).

Trong danh bạ này có địa điểm của NSP ở Brimbank và các vùng lân cận. Điều này bao gồm các dịch vụ NSP lưu động có thể đi đến quý vị.



Xét nghiệm

Cách duy nhất để biết một người nào đó có bị viêm gan siêu vi C hay không là thử máu.

1.Xét nghiệm kháng thể

Xét nghiệm này sẽ cho thấy nếu một người nào đó đã từng tiếp xúc với vi-rút. Điều đó không có nghĩa là họ hiện đang bị viêm gan siêu vi C. Điều quan trọng là phải làm xét nghiệm thứ nhì nếu xét nghiệm kháng thể này dương tính.

THÔNG TIN QUAN TRỌNG: Điều quan trọng cần biết là xét nghiệm kháng thể dương tính không có nghĩa là quý vị được bảo vệ khỏi bị (miễn dịch với) viêm gan siêu vi C. Không có vắc-xin ngừa viêm gan siêu vi C và quý vị có thể bị viêm gan siêu vi C nhiều lần.

2.Xét nghiệm vi-rút (Xét nghiệm PCR)

PCR tìm kiếm vi-rút và được sử dụng để xác định xem một người nào đó hiện đang bị viêm gan siêu vi C.

Các xét nghiệm này thường do bác sĩ yêu cầu và thực hiện cùng một lúc. Các dịch vụ chuyên về ma túy và rượu bia rất giàu kinh nghiệm về thử máu và có thể có các công cụ để cải thiện cơ hội thành công khi thử máu nếu đây là điều khó khăn trước đây.

FibroScan

Đây là phương pháp siêu âm đặc biệt giúp ước tính mức độ gan bị tổn thương. Đôi khi cần thực hiện trước khi chữa trị và bác sĩ điều trị sẽ có thể cho biết nơi để thực hiện điều này.

Đây là thủ thuật nhanh gọn, dễ dàng và không bị đau.

Điều trị

Có thuốc để trị dứt (chữa dứt) viêm gan siêu vi C. Thuốc này gọi là thuốc kháng vi-rút tác động trực tiếp (Direct Acting Antivirals - DAA's) Điều trị bằng cách uống thuốc viên trong 8 hoặc 12 tuần. Không có thuốc tiêm.

Hầu hết mọi người cảm thấy khỏe trong khi uống thuốc này.

Một số người gặp phải các tác dụng phụ nhưng thường là nhẹ. Chúng có thể bao gồm:

- Nhức đầu
- Mệt mỏi
- Cảm thấy buồn nôn và không đói bụng

Nếu là người lớn có thẻ Medicare, quý vị có thể được điều trị. Có các cách điều trị, an toàn và vẫn hiệu quả nếu:

- Quý vị hiện đang tiêm chích ma túy
- Quý vị uống rượu bia
- Quý vị nhận được chẩn đoán sức khỏe tâm thần
- Quý vị uống thuốc khác
- Quý vị bị tổn thương gan

Quý vị có thể mua thuốc này theo Chương trình Tài trợ Dược phẩm (Pharmaceutical Benefits Scheme - PBS) và trả chi phí một loại thuốc thông thường.

Có thể được điều trị nhiều lần theo yêu cầu. Vì có thể bị viêm gan siêu vi C lần nữa, điều quan trọng là xét nghiệm thường xuyên nếu quý vị có nguy cơ bị bệnh này.

Câu hỏi thường gặp

1. 'Kiểu gen' là gì? Liệu tôi có kiểu gen cụ thể này thì có sao không?

Đôi khi người ta được cho biết rằng họ có một kiểu gen viêm gan siêu vi C nhất định. Đây là loại viêm gan siêu vi C mà quý vị mắc phải. Bất kể kiểu gen của quý vị là gì, quý vị đều có thể được điều trị viêm gan siêu vi C.

2. Tôi có thể bị nhiễm viêm gan siêu vi C khi ôm người khác hay không? Còn ăn chung thức ăn thì sao?

Viêm gan siêu vi C không thể lây lan khi ôm người khác, hôn hoặc ăn chung thức ăn. Cách duy nhất viêm gan siêu vi C có thể lây lan là khi có cơ hội tiếp xúc máu với máu.

3. Điều trị viêm gan siêu vi C không bao gồm tiêm thuốc và làm cho người bệnh thực sự không khỏe phải không?

Không. Các cách điều trị viêm gan siêu vi C cũ khiến người bệnh cảm thấy không khỏe và không phải lúc nào cũng công hiệu. Chúng không còn được sử dụng nữa. Cách điều trị hiện nay là loại thuốc khác, chỉ có thuốc viên và ít khi khiến người bệnh cảm thấy không khỏe.

4. Nếu tôi bị viêm gan siêu vi C, tôi có bị vàng mắt và cảm thấy không khỏe hay không?

Hầu hết những người bị viêm gan siêu vi C dài hạn trông và cảm thấy khỏe mạnh. Điều rất quan trọng là đi thử máu nếu quý vị nghĩ rằng mình có nguy cơ bị viêm gan siêu vi C. Đây là cách duy nhất để biết quý vị có bị viêm gan siêu vi C hay không.

Nếu quý vị bị các triệu chứng, chúng có thể bao gồm:

- Cảm thấy mệt.
- Cảm thấy không khỏe và không đói bụng.
- Khó tập trung và "sương mù não."

Da và mắt vàng chỉ xảy ra khi người bệnh bị bệnh nặng và là tình trạng rất nghiêm trọng.

Thêm thông tin

Muốn biết thêm chi tiết hoặc thông tin về viêm gan siêu vi C, viêm gan siêu vi hoặc sức khỏe gan bao quát hơn, tại trang mạng của chúng tôi có nhiều tờ thông tin và tài liệu: www.hepvic.org.au

Ứng dụng LiverWELL:

Ứng dụng LiverWELL là ứng dụng di động dễ sử dụng để giúp quý vị chăm lo sức khỏe lá gan của quý vị với các chức năng bao gồm:

- Nhắc uống thuốc.
- Sắp xếp các cuộc hẹn khám bệnh.
- Ghi nhận các kết quả xét nghiệm.
- Lưu giữ tất cả các ghi chú về sức khỏe ở một nơi.

Ứng dụng này cũng có thông tin cập nhật về sức khỏe gan và tự quản lý.

THEApp có các bản dịch cơ bản bằng các ngôn ngữ khác nhau.

Quý vị có thể tải xuống ứng dụng này cho Apple và Android.

LiverLine

LiverLine là dịch vụ qua điện thoại không phê phán, thân thiện cung cấp thông tin, trợ giúp và giới thiệu. Dịch vụ này dành cho những người bị bệnh viêm gan B hoặc C hoặc bệnh gan dài hạn, và cũng dành cho nhân viên, bạn bè, gia đình hoặc bất kỳ ai muốn biết thêm thông tin về viêm gan siêu vi. Dịch vụ này miễn phí và bảo mật. Hoạt động từ 9 đến 5 giờ, thứ Hai đến thứ Sáu.

LiverLine
1800 703 003

Quý vị cũng có thể gửi email về LiverLine info@hepvic.org.au hoặc trò chuyện tức thì bằng webchat trên trang mạng của chúng tôi.