

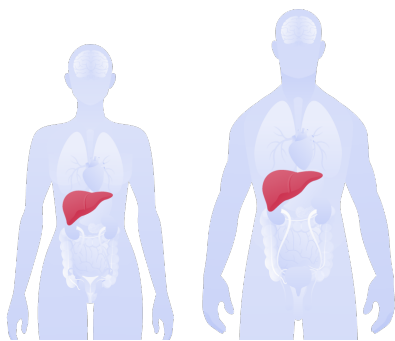
VIÊM GAN C và Gan

Lá gan là một trong những cơ quan quan trọng nhất của cơ thể. Gan giúp làm sạch độc tố ra khỏi cơ thể, hỗ trợ tiêu hóa thức ăn và hấp thụ chất dinh dưỡng. Gan đôi khi được gọi là “cơ quan thầm lặng” vì không có tế bào cảm nhận cơn đau, nên chúng ta sẽ không cảm thấy được khi gan bị tổn thương. Virus viêm gan C tồn tại trong máu và theo thời gian có thể gây tổn hại đến gan. Vì vậy, người mắc viêm gan cần hiểu rõ về gan của mình và biết cách bảo vệ gan.



Gan của tôi trông như thế nào?

Gan là cơ quan lớn nhất bên trong cơ thể. Ở người trưởng thành, gan có kích thước tương đương một quả bóng đá và nặng gần 3 pound (1,4 kg). Gan nằm phía sau xương sườn, ở phần bụng trên bên phải. Có hình dạng như một tam giác, gan có màu nâu đỏ sẫm và gồm hai thùy chính.



Gan của tôi quan trọng đến mức nào?

Gan là một cơ quan cực kỳ quan trọng và chúng ta chỉ có thể sống được một đến hai ngày nếu gan ngừng hoạt động — nếu gan bị suy, cơ thể chúng ta cũng sẽ ngừng hoạt động. May mắn thay, gan vẫn có thể hoạt động ngay cả khi 75% diện tích gan bị tổn thương hoặc bị cắt bỏ. Điều này là nhờ vào khả năng tái tạo kỳ diệu của gan: gan có thể tạo ra mô gan mới từ các tế bào gan khỏe mạnh.

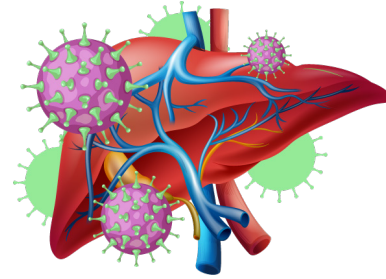
Gan của tôi có chức năng gì?

Nếu cơ thể chúng ta là một chiếc xe hơi, thì gan chính là động cơ. Gan thực hiện hàng trăm chức năng quan trọng giúp cơ thể khỏe mạnh. Một số chức năng quan trọng nhất của gan bao gồm:

- Dự trữ vitamin, đường và sắt để cung cấp năng lượng cho cơ thể.
- Kiểm soát việc sản xuất và loại bỏ cholesterol.
- Loại bỏ chất thải, một số loại thuốc, rượu, các loại ma túy khác và các chất độc hại ra khỏi cơ thể.
- Tạo ra các yếu tố đông máu giúp cầm máu khi bị đứt tay hoặc chấn thương.
- Tạo ra các yếu tố miễn dịch và loại bỏ vi khuẩn khỏi máu để chống lại nhiễm trùng.
- Tiết ra một chất gọi là “mật” để hỗ trợ tiêu hóa thức ăn và hấp thụ chất dinh dưỡng.

Viêm gan là gì?

Thuật ngữ y học “viêm gan” có nghĩa là “tình trạng viêm của gan”. Tình trạng viêm gan kéo dài không được điều trị có thể gây tổn thương gan hoặc dẫn đến suy gan. Viêm gan có thể do nhiều nguyên nhân, bao gồm: uống quá nhiều rượu, chấn thương, rối loạn tự miễn dịch, phản ứng phụ với thuốc hoặc do dùng các bài thuốc thảo dược/thực phẩm bổ sung.



Nguyên nhân phổ biến nhất của viêm gan là do virus. Khi viêm gan do virus gây ra, tình trạng đó sẽ được đặt tên theo một chữ cái (ví dụ: viêm gan A, viêm gan B, viêm gan C). Tất cả các loại virus này đều ảnh hưởng đến gan, nhưng chúng lây lan theo những cách khác nhau và có phương pháp điều trị khác nhau. Ở Hoa Kỳ, dạng viêm gan do virus phổ biến nhất là viêm gan C.

Viêm gan C là gì?

Viêm gan C là một bệnh nhiễm trùng gan do virus viêm gan C gây ra. Viêm gan C lây truyền qua tiếp xúc với máu của người bị nhiễm bệnh. Hiện nay, hầu hết các ca nhiễm viêm gan C mới đều lây lan do dùng chung dụng cụ để pha chế và tiêm chích ma túy, chẳng hạn như ống tiêm.

Những người sinh từ năm 1945–1965 (còn gọi là thế hệ Baby Boomers) cũng có tỷ lệ mắc viêm gan C cao hơn so với các nhóm tuổi khác. Vì phần lớn người nhiễm viêm gan C không có triệu chứng, nên nhiều người không biết mình đang mang virus. Nếu không được điều trị, viêm gan C có thể gây ra các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng như tổn thương gan, ung thư gan hoặc thậm chí tử vong.

Khoảng 1 trong 3 người nhiễm viêm gan C có thể tự đào thải virus ra khỏi cơ thể mà không cần điều trị. Tuy nhiên, phần lớn người bị phơi nhiễm với viêm gan C sẽ phát triển thành nhiễm trùng mạn tính kéo dài suốt đời và cần được điều trị. Bất kỳ ai nhiễm viêm gan C đều có thể lây virus cho người khác. Người mắc viêm gan C có nguy cơ cao gặp phải các vấn đề về gan sau này nếu virus không được điều trị. May mắn thay, hiện nay đã có phương pháp điều trị an toàn và hiệu quả, có thể chữa khỏi cho phần lớn người nhiễm viêm gan C.

Phần lớn người mắc viêm gan C không có bất kỳ triệu chứng nào. Vì vậy, việc xét nghiệm là vô cùng quan trọng để biết quý vị có đang mang virus này hay không. Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh) khuyến cáo tất cả người trưởng thành từ 18 tuổi trở lên nên xét nghiệm viêm gan C ít nhất một lần trong đời. Những người đang mang thai cũng nên được xét nghiệm trong thai kỳ. Những người hiện đang tiêm chích và dùng chung kim tiêm, ống tiêm hoặc các dụng cụ pha chế ma túy khác nên được xét nghiệm ít nhất mỗi năm một lần. Hãy hỏi nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị về việc xét nghiệm viêm gan C ngay hôm nay!

Virus viêm gan C gây hại cho gan của tôi như thế nào?

Một lá gan khỏe mạnh có độ mềm và độ đàn hồi tự nhiên. Virus viêm gan C sẽ tấn công gan liên tục, khiến gan dần bị tổn thương và tạo thành sẹo theo thời gian. Khi cố gắng tự phục hồi, gan hình thành các mô sẹo nhỏ (gọi là xơ hóa). Khi tình trạng xơ hóa trở nên nghiêm trọng hơn, máu sẽ không thể lưu thông dễ dàng qua mô gan bị sẹo, khiến gan bị co lại và trở nên cứng hơn (tình trạng này gọi là xơ gan). Xơ gan có thể dẫn đến suy gan, ung thư gan hoặc thậm chí tử vong.

Ngoài ra, tình trạng xơ hóa và xơ gan có thể khiến gan gặp khó khăn trong việc thực hiện các chức năng quan trọng như lọc các chất độc hại và hỗ trợ quá trình trao đổi chất. Khi không hoạt động bình thường, gan sẽ không thể xử lý ma túy và rượu một cách hiệu quả. Điều này làm cho các chất đó tích tụ trong cơ thể, có thể gây độc và làm tăng nguy cơ quá liều.

Phương pháp điều trị viêm gan C là gì?

Các phương pháp điều trị viêm gan C mới hiện nay có thể chữa khỏi hơn 95% người bệnh chỉ sau 8 tuần dùng thuốc uống, với rất ít tác dụng phụ. Những loại thuốc này được gọi là thuốc kháng virus tác động trực tiếp (hay DAAs), hoạt động bằng cách ngăn chặn virus viêm gan C nhân lên và phát triển trong cơ thể. DAAs an toàn và hiệu quả với hầu hết bệnh nhân và bất kỳ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nào có giấy phép kê đơn tại tiểu bang Washington đều có thể cung cấp phương pháp điều trị này. Phương pháp điều trị cũ dựa trên interferon, vốn gây nhiều tác dụng phụ nghiêm trọng, hiện không còn được sử dụng để điều trị viêm gan C.

Tôi có thể phòng ngừa viêm gan C bằng cách nào?

Không giống như viêm gan A và B, hiện không có vắc-xin để phòng ngừa viêm gan C. Ngoài ra, ngay cả khi đã loại bỏ được virus, dù là cơ thể tự đào thải sau khi phơi nhiễm hay sau khi điều trị bằng thuốc DAA, thì quý vị vẫn không có miễn dịch vĩnh viễn với viêm gan C. Để phòng ngừa viêm gan C, hãy tránh tiếp xúc với máu của người khác và thực hiện các biện pháp sau:

- Không dùng chung kim tiêm, ống tiêm hoặc các dụng cụ khác dùng để tiêm ma túy, steroid, hormone hoặc các chất khác. Tránh dùng chung dụng cụ hút ma túy hoặc ống hút thủy tinh có cạnh bị nứt.
- Không dùng chung các vật dụng cá nhân có thể dính máu của người bị nhiễm bệnh, kể cả khi không nhìn thấy máu. Các vật dụng này bao gồm dao cạo, bấm móng tay, bàn chải đánh răng hoặc máy đo đường huyết.
- Chỉ xăm mình, phun xăm thẩm mỹ hoặc xỏ khuyên cơ thể tại những cơ sở có chuyên môn được Department of Licensing (Sở Cấp Phép) cấp phép (<https://dol.wa.gov>).
- Xét nghiệm hàng năm nếu quý vị có nguy cơ phơi nhiễm viêm gan C liên tục, ví dụ như dùng chung dụng cụ để tiêm chích ma túy, silicone, hormone hoặc vitamin, dụng cụ để hút ma túy hoặc ống hút thủy tinh có cạnh bị nứt.

Để biết thêm thông tin, truy cập: <http://www.doh.wa.gov/hep-c-hub>

Một số thông tin trong tài liệu này được điều chỉnh và sử dụng với sự cho phép từ tài liệu giáo dục “Viêm Gan B và Gan” của Hepatitis B Foundation.



DOH 150-259 April 2024 CS Vietnamese

Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến doh.information@doh.wa.gov.