

# Bệnh viêm gan B là gì?



## Bệnh viêm gan B là gì?

Bệnh viêm gan B là một căn bệnh tấn công lá gan. Căn bệnh này do siêu vi viêm gan B (HBV) gây ra. Khoảng 4.9% (1 trong 20) người Mỹ bị nhiễm HBV. Khi đa số những người lớn khỏe mạnh và trẻ em lớn tuổi nhiễm HBV, hệ miễn dịch của họ có thể chống lại căn bệnh này. Họ bị nhiễm bệnh viêm gan B “cấp tính” trong thời gian ngắn. Nhiều người bị nhiễm bệnh thường không cảm thấy có triệu chứng gì và thậm chí không biết là mình nhiễm bệnh. Nhưng khoảng 5% số người lớn và 90% trẻ nhỏ tiếp xúc với HBV không thể loại bỏ được căn bệnh này. Hệ miễn dịch của họ thậm chí không đủ mạnh để gây bệnh hoặc nếu là trẻ em nhỏ, các em không thể biết được HBV là siêu vi kẻ thù.

Chính vì vậy khoảng 90% trẻ nhỏ sinh ra đã có mẹ mắc bệnh đều nhiễm bệnh viêm gan B. Khi quy vị nhiễm HBV trong sáu tháng hoặc lâu hơn, quy vị được coi là mắc bệnh lâu dài hoặc “mãn tính.” Theo Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngừa Bệnh Hoa Kỳ (CDC), khoảng 20 tới 30% trong số 1.25 triệu người Mỹ mắc bệnh viêm gan B mãn tính đã mắc bệnh trong thời thơ ấu.

## Bệnh viêm gan B ảnh hưởng tới tôi như thế nào?

Nhiều người mắc bệnh viêm gan B mãn tính thường không có triệu chứng gì và vẫn sinh hoạt bình thường. Tuy nhiên, một số người bị tổn thương gan do bệnh viêm gan B, đặc biệt là nếu họ đã mắc bệnh trong nhiều năm hoặc hàng chục năm. Khoảng một phần tư số người mắc bệnh viêm gan B có thể bị tổn thương gan nghiêm trọng. Trong đa số các trường hợp nghiêm trọng, bệnh viêm gan B có thể gây ung thư gan và suy gan. Lá gan là cơ quan nội tạng lớn nhất, thực hiện nhiều chức năng quan trọng cho cơ thể. Gan xử lý thực phẩm, lọc thuốc và chất độc, và lưu trữ các loại sinh tố, khoáng chất và đường. Có các loại

siêu vi khác gây viêm gan. Viêm gan A là loại siêu vi thường gặp nhất. Trẻ em thường mắc dạng bệnh viêm gan này qua nước hoặc thực phẩm đã nhiễm siêu vi viêm gan A. Không có biện pháp điều trị nào cho bệnh viêm gan A, tuy nhiên cơ thể thường loại thải siêu vi và không gây bệnh mãn tính. Bệnh viêm gan A có thể ngăn ngừa được bằng cách chủng ngừa, và bất kỳ ai mắc bệnh viêm gan B cũng nên chủng ngừa bệnh viêm gan A. Quy vị không bao giờ muốn gan bị nhiễm loại siêu vi khác. Có loại siêu vi khác tấn công lá gan, gọi là bệnh viêm gan C. Không có thuốc chủng ngừa bệnh viêm gan C.

## Bệnh viêm gan B lây lan như thế nào?

Viêm gan B là căn bệnh viêm nhiễm do máu, điều đó có nghĩa là có siêu vi gây bệnh trong máu và chất dịch cơ thể của những người mắc bệnh. Nếu máu hoặc chất dịch cơ thể nhiễm HBV xâm nhập vào cơ thể của quy vị qua vết cắt hoặc chỗ hở khác, quy vị rất dễ có nguy cơ mắc bệnh.

HBV là loại siêu vi sống rất dai; thậm chí chúng còn có thể sống trong máu khô trong nhiều ngày! Chính vì vậy rất dễ nhiễm HBV nếu quy vị sinh hoạt tình dục không có biện pháp bảo vệ với một người đã nhiễm bệnh hoặc nếu máu hoặc chất dịch cơ thể có siêu vi HBV đã tiếp xúc với một vết thương hở miệng hoặc da bị bong. Chính vì vậy những em bé sinh ra đã có mẹ mắc bệnh, dễ có nguy cơ mắc bệnh vì các em tiếp xúc với chất dịch cơ thể của người mẹ trong khi sinh. HBV cũng lây lan dễ dàng qua dụng cụ y tế, ví dụ như kim tiêm và ống tiêm sử dụng lại hoặc không tiệt trùng đúng cách. HBV cũng có thể lây lan qua lượng máu nhỏ trong dụng cụ chích ma túy, cottons, và các



**HEPATITIS B**  
**SUPPORT PROJECT**

# frequently asked

# About Hepatitis B

## What Is Hepatitis B?

dụng cụ khác được dùng để chích ma túy. Các vật dụng khác tiếp xúc với máu và có thể làm lây lan siêu vi là dao cạo râu, bông tai hoặc bàn chải đánh răng, và các dụng cụ để xăm mình và khâu xuyên trên người.

### Cách ngừa bệnh viêm gan B

Có một loại siêu vi rất an toàn và hiệu quả, có thể ngừa bệnh viêm gan B. Loại thuốc này được cho dùng theo đợt ba mũi chích ngừa. Các viên chức y tế khuyến cáo nên chích ngừa loại thuốc này cho trẻ sơ sinh khi ra đời, và tất cả những trẻ em và thanh thiếu niên đều nên đi chủng ngừa. Họ cũng khuyến cáo rằng những người lớn dễ có nguy cơ mắc bệnh viêm gan B do công việc hoặc tiếp xúc với người bạn tình hoặc người nhà đã mắc bệnh đều nên đi chủng ngừa.

Nhờ có chủng ngừa, tỷ lệ mắc bệnh viêm gan B mãn tính tại Hoa Kỳ đã giảm 78% trong 15 năm qua. Tuy nhiên, bệnh HBV vẫn chiếm tỷ lệ cao nhất trong số những người lớn không đi chủng ngừa, số người này chiếm 95% trong số khoảng 51,000 trường hợp mới mắc bệnh HBV trong năm 2005. Chính vì vậy việc người lớn đi chủng ngừa là rất quan trọng. Ngoài chủng ngừa, chúng ta còn có thể ngừa HBV bằng cách áp dụng các biện pháp sau đây:

- Luôn sinh hoạt tình dục an toàn để tránh trao đổi các chất dịch cơ thể trong khi sinh hoạt tình dục qua đường miệng, âm đạo hoặc hậu môn.
- Không bao giờ dùng chung bàn chải, dao cạo râu, bông tai hoặc dụng cụ khác có thể đã tiếp xúc với máu hoặc chất dịch cơ thể.
- Băng ngay các vết cắt hoặc vết bầm tím để tránh tiếp xúc với máu.
- Không bao giờ chạm vào máu hoặc chất dịch của bất kỳ người nào mà không dùng dụng cụ bảo vệ giữa quy vị và chất có thể đã nhiễm siêu vi gây bệnh.
- Bảo đảm rằng trẻ em sinh ra đã có mẹ mắc bệnh đều được chủng ngừa ngay, và được điều trị bằng globulin miễn dịch viêm gan B (HBIG). Đây là các chất có các kháng thể của viêm gan B để giúp ngừa bệnh.

### Điều trị bệnh viêm gan B

Khi quy vị mắc bệnh viêm gan B, bác sĩ của quy vị thường sẽ xét nghiệm một mẫu máu của quy vị để tìm

các dấu hiệu của bệnh gan. Hai yếu tố mà họ sẽ xem xét kỹ lưỡng là lượng siêu vi, lượng HBV DNA lưu thông trong máu, và các enzymes gan có thể cho biết tình trạng tổn thương gan. Các bác sĩ của quy vị muốn kiểm soát lượng siêu vi trong máu, duy trì lượng enzyme ở mức bình thường, và họ muốn tăng cường hệ miễn dịch của quy vị để ngừa bệnh hiệu quả. Hiện nay, có các loại thuốc giúp có tác dụng chữa bệnh viêm gan B, nhưng không thể chữa khỏi được. Các loại thuốc này được gọi là interferons và thuốc kháng siêu vi.

### Interferon

Interferons, một chất đạm tự nhiên trong cơ thể, có tác dụng tăng cường hệ miễn dịch để ngừa bệnh. Các nhà nghiên cứu đã bào chế các loại interferons tổng hợp có tác dụng giúp hệ miễn dịch chống viêm nhiễm trong gan và tăng lượng kháng thể chống loại siêu vi này. Interferon có thể giúp cải thiện tình trạng sức khỏe lá gan và giảm bớt lượng siêu vi trong gan.

Việc điều trị bằng interferon thường diễn ra trong một thời gian nhất định, thường là vài tháng, và có thể giúp cải thiện vĩnh viễn tình trạng sức khỏe của gan mà không gây ra triệu chứng kháng siêu vi, chính vì vậy interferon là biện pháp điều trị tốt nhất được nhiều người lựa chọn đầu tiên. Interferon có thể gây trầm cảm, vì vậy bác sĩ của quy vị có thể kê toa một loại thuốc chống trầm cảm trong thời gian điều trị để giảm bớt phản ứng phụ này.

Các chuyên gia nói rằng phương pháp điều trị bằng interferon là hiệu quả nhất khi hệ miễn dịch của quy vị tích cực chống lại căn bệnh này qua kết quả xét nghiệm có lượng ALT trên mức bình thường, và lượng siêu vi trong cơ thể quy vị khá thấp. Có hai loại interferon đã được Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) chấp thuận cho sử dụng để điều trị bệnh viêm gan B. Loại thuốc interferon thông thường đòi hỏi phải chích ba lần một tuần. Khoảng 30% số người được điều trị bằng thuốc interferon alpha đều có thể giảm bớt lượng siêu vi và cải thiện sức khỏe lá gan. Loại interferon mới nhất được FDA chấp thuận gọi là pegylated interferon.

# frequently asked

# About Hepatitis B

## What Is Hepatitis B?

Loại thuốc này đã được sử dụng với kết quả thành công vang dội trong việc ngừa bệnh viêm gan C và chỉ cần phải chích thuốc mỗi tuần một lần. Pegylated interferon có công thức bào chế ngấm dần, vì vậy thuốc đọng lại trong gan của quý vị để giúp hệ miễn dịch của quý vị ngừa bệnh. Loại interferon này dường như có tác dụng giảm lượng siêu vi và cải thiện tình trạng sức khỏe lá gan hơn là loại interferon thông thường, vì vậy hiện nay đa số các bác sĩ đều sử dụng thuốc pegylated interferon để chữa bệnh viêm gan B. Cho tới nay, pegylated interferon chỉ được chấp thuận cho sử dụng ở người lớn.

### Thuốc kháng siêu vi

Thuốc kháng siêu vi (dạng thuốc viên hoặc thuốc nước) can thiệp vào quá trình tái tạo HBV để ngăn chặn tình trạng tái tạo siêu vi HBV mới. Có bốn loại thuốc kháng siêu vi đã được FDA chấp thuận. Các loại thuốc kháng siêu vi khác nhau ở chỗ chúng chú trọng tới một bộ phận khác nhau của siêu vi. Tuy nhiên, dần dần HBV có thể phát sinh các đột biến giúp siêu vi này tiếp tục sinh sôi bất kể điều trị bằng thuốc viên kháng siêu vi. Hiện tượng này gọi là “kháng” siêu vi, vì siêu

vi có thể “kháng lại” thuốc kháng siêu vi.

Các loại thuốc kháng siêu vi có thể có tác dụng trong một thời gian để giảm bớt lượng siêu vi và mức enzyme, tuy nhiên khi hiện tượng kháng thuốc xảy ra thì các mức này lại bắt đầu tăng cao. Các nhà nghiên cứu vẫn chưa bào chế được loại thuốc kháng siêu vi hoặc biện pháp điều trị kết hợp hoàn hảo có tác dụng xóa bỏ hoàn toàn HBV. Các loại thuốc kháng siêu vi hiếm khi tạo ra các triệu chứng là phản ứng phụ.

### Sống Khỏe Mạnh

Ngoài các biện pháp điều trị y tế, còn có những việc khác mà quý vị có thể làm để kiểm soát bệnh viêm gan B và cải thiện tình trạng sức khỏe lá gan. Việc ăn uống đủ chất là rất quan trọng để giúp gan hoạt động bình thường. Một chế độ ăn uống đủ chất, có ít chất béo, muối và đường là rất quan trọng. Các loại thuốc bổ sinh tố liều cao có sắt, sinh tố A, hoặc sinh tố D có thể gây tổn hại cho gan và do đó nên tránh. Đồng thời, hãy tránh uống bia rượu, một số loại thuốc, hóa chất, và hút thuốc. Việc tập thể dục ở mức độ vừa phải cũng giúp kiểm soát tình trạng căng thẳng và mệt mỏi, trừ khi quý vị cảm thấy yếu mệt.

#### • Hep B FAQ sheet •

#### A publication of the Hepatitis C Support Project

**Executive Director**  
**Editor-in-Chief, HCSP Publications**  
Alan Franciscus

**Author**  
Alan Franciscus

**Design**  
Leslie Hoex

**Production**  
C.D. Mazoff, PhD

**Contact information:**  
Hepatitis C Support Project  
PO Box 427037  
San Francisco, CA 94142-7037  
alanfranciscus@hcvadvocate.org

The information in this fact sheet is designed to help you understand and manage HBV and is not intended as medical advice. All persons with HBV should consult a medical practitioner for diagnosis and treatment of HBV.

This information is provided by the Hepatitis C Support Project, a nonprofit organization for hepatitis education, support and advocacy, and the Minnesota Department of Health.

Reprint permission is granted and encouraged with credit to the Hepatitis C Support Project.

©March 2008 Hepatitis C Support Project

### Kết Luận

Nhiều người nhiễm HBV mãn tính vẫn có cuộc sống bình thường và không bao giờ bị tổn thương gan nghiêm trọng. Tuy nhiên, một số người mắc bệnh gan nghiêm trọng. Nếu quý vị bị nhiễm HBV, một trong những biện pháp tốt nhất mà quý vị có thể áp dụng là tiếp tục tham gia chăm sóc sức khỏe cho bản thân. Hãy nói chuyện với bác sĩ của quý vị để biết biện pháp điều trị nào là thích hợp với quý vị. Ngoài ra, áp dụng những thay đổi về lối sống sẽ giúp tăng cường sức khỏe và ngăn chặn bệnh phát triển, trong đó bao gồm cả dinh dưỡng tốt, tập thể dục, và kiểm soát căng thẳng. Hàng năm, các nhà nghiên cứu đều tìm hiểu thêm về bệnh viêm gan B và tìm ra các biện pháp điều trị mới mà một ngày nào đó sẽ có thể tiêu diệt căn bệnh này cho tất cả mọi người.



**HBV ADVOCATE**  
**WWW.HBVADVOCATE.ORG**