



Tìm Hiểu  
BỆNH  
VIÊM GAN

Hướng dẫn của bác sĩ dành cho bệnh nhân và

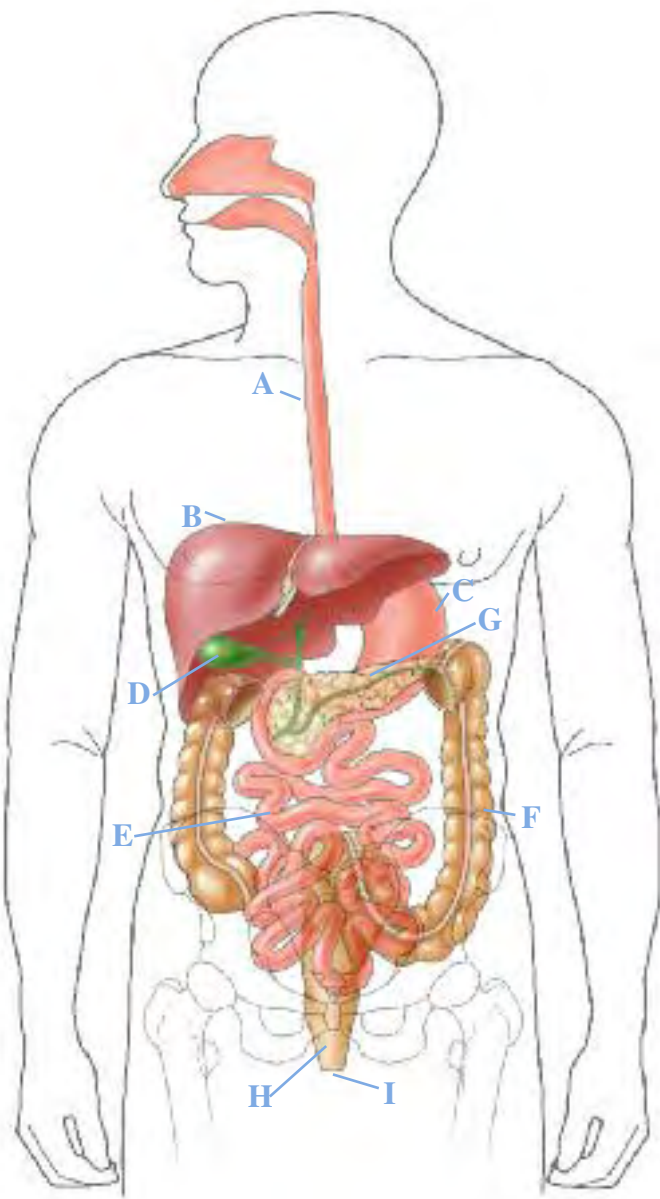


# Những Điều Cơ Bản Về Bệnh Viêm Gan Do Vi-rút

---

- Gan là một trong những cơ quan quan trọng nhất trong cơ thể bạn, và nặng khoảng 3 pound.
- Nó nằm ở bìa phải trên của bụng, dưới xương sườn.
- Chức năng của gan gồm:
  - Sản xuất mật.
  - Biến thức ăn thành năng lượng.
  - Lọc chất cặn và chất độc ra khỏi hệ thống của bạn.
- Viêm gan là tình trạng gan bị viêm.
- Có một số vi-rút được biết gây viêm gan — gồm viêm siêu vi A, B, C, D hay E.
- Các triệu chứng viêm gan do vi-rút có thể không rõ ràng và thường giống bệnh cúm.
- Hiện có các vắc-xin chủng ngừa viêm gan siêu vi A và B.
- Hiện có nhiều chọn lựa biện pháp điều điều trị cho bệnh nhân viêm gan. Ngoài ra, các nhà nghiên cứu đang tìm các phương cách mới để chẩn đoán và điều trị tất cả các dạng của các căn bệnh này.

# Hệ Tiêu Hóa Của Bạn



A. Thực quản

B. Gan

C. Dạ dày

D. Túi mật

E. Ruột non

F. Ruột già

G. Tuyến tụy

H. Trực tràng

I. Hậu môn



Để giúp hiểu và chữa trị bệnh của bạn, Viện AGA cung cấp cho bạn những thông tin sau đây, được thiết kế nhằm đưa ra cho bạn một số kiến thức cơ bản, giúp bạn hiểu và rõ hơn bệnh trạng của mình và làm điểm bắt đầu cho cuộc nói chuyện của bạn với bác sĩ của mình.

## Gan

---

Gan là cơ quan có vai trò quan trọng trong việc điều hành các chức năng của cơ thể gồm:

- ▶ Lọc và giải các chất độc có trong những gì bạn ăn, hít thở và hấp thụ qua da.
- ▶ Lưu trữ một số loại vitamin, chất khoáng, đường và sắt.
- ▶ Điều hòa mỡ dự trữ và kiểm soát việc sản xuất và phóng thích cholesterol.
- ▶ Phá hủy các chất độc.
- ▶ Biến thức ăn mà bạn ăn thành năng lượng, yếu tố đông máu, yếu tố miễn nhiễm và prôtêin.
- ▶ Phân giải thuốc và dược phẩm.



# Các Dạng Viêm Gan Do Vi-rút

Viêm gan là tình trạng gan bị viêm. Viêm thường gây sưng, mềm và đôi khi thương tổn vĩnh viễn. Viêm gan do nhiều nguyên nhân gây ra gồm có rượu, thuốc, hóa chất và nhiễm vi-rút. Nếu viêm gan tiếp tục ít nhất sáu tháng hoặc lâu hơn, thì nó có thể được gọi là viêm gan mãn tính. Viêm gan mãn tính có thể để lại sẹo, còn được gọi là xơ hóa. Nếu xơ hóa phát triển nhiều thì được gọi là xơ gan, xơ gan có thể dẫn đến suy gan. Hiện nay có ít nhất năm loại vi-rút khác nhau được biết là gây bệnh viêm gan do vi-rút.

## Viêm Gan Siêu Vi A

Đôi khi được gọi là “viêm gan do lây nhiễm”. Viêm gan siêu vi A lây lan qua việc ăn thức ăn hoặc uống nước bị nhiễm phân người. Loại viêm gan do vi-rút này thường không đe dọa đến tính mạng.

## Viêm Gan Siêu Vi B

Đôi khi được gọi là “viêm gan huyết thanh”, viêm gan siêu vi B có thể truyền từ mẹ sang con khi sinh hoặc ngay sau và qua quan hệ tình dục, truyền máu và kim bị nhiễm bệnh. Dạng viêm gan do vi-rút này có thể dẫn đến xơ gan (để lại sẹo cho gan) và ung thư gan.

## Viêm Gan Siêu Vi C

Trước kia được biết đến với tên “viêm gan ngoại siêu vi A, ngoại siêu vi B,” viêm gan siêu vi C là dạng viêm gan do vi-rút phổ biến nhất. Dù bệnh này có thể lây qua truyền máu và kim bị nhiễm bệnh, nhưng đối với một số lớn bệnh nhân, nguyên nhân vẫn chưa rõ. Dạng viêm gan do vi-rút này có thể dẫn đến xơ gan, hay để lại sẹo cho gan. Tình trạng đồng thời bị viêm gan siêu vi C ở những bệnh nhân nhiễm HIV dương tính là phổ biến; khoảng một phần tư bệnh nhân bị nhiễm HIV bị nhiễm bệnh viêm gan siêu vi C. Năm mươi phần trăm đến chín mươi phần trăm người sử dụng thuốc tiêm nhiễm HIV cũng bị nhiễm bệnh viêm gan siêu vi C. Nhiễm vi-rút viêm gan siêu vi C nghiêm trọng hơn ở những bệnh nhân nhiễm HIV.

## Viêm Gan Siêu Vi D

Dạng viêm gan do vi-rút này rất thường thấy ở người sử dụng thuốc tiêm vào tĩnh mạch (Tiếng Anh viết tắt là IV), những người này cũng là những người mang vi-rút bệnh viêm gan vi B. Viêm gan siêu vi D chỉ lây lan khi có vi-rút viêm gan siêu vi B và được truyền qua những đường tương tự. Khi viêm gan siêu vi D xảy ra ở những người bị viêm gan siêu vi B do vi-rút gây ra, nó là một vấn đề sức khỏe nghiêm trọng và có thể gia tăng mức trầm trọng của triệu chứng đi kèm với viêm gan siêu vi B.

## Viêm Gan Siêu Vi E

Dạng viêm gan do vi-rút này giống như viêm gan siêu vi A do vi-rút và rất thường thấy ở những người sống ở những nước có tình trạng vệ sinh kém. Nó hiếm thấy ở Bắc Mỹ và hiếm khi đe dọa đến tính mạng.

## Sự Khác Biệt Giữa Viêm Gan Cấp Tính và Mãn Tính

Viêm gan cấp tính là tình trạng viêm nhiễm ban đầu. Viêm gan cấp tính có thể là nhẹ hoặc nặng. Nếu tình trạng viêm nhiễm kéo dài sáu tháng hoặc lâu hơn thì tình trạng đó được gọi là viêm gan mãn tính. Viêm gan siêu vi A và E không gây viêm gan mãn tính. Các vi-rút viêm gan B, C và D có thể gây biểu hiện bệnh vừa cấp tính vừa mãn tính. Viêm gan siêu vi B và C mãn tính là vấn đề sức khỏe nghiêm trọng.

# Các Triệu Chứng Viêm Gan Do Vi-rút

---

Nhiều trường hợp viêm gan do vi-rút không chẩn đoán được vì các triệu chứng không rõ ràng và giống bệnh tựa như bệnh cúm. Đôi khi không hề có triệu chứng. Một số người bị viêm gan do vi-rút có hoặc bị:

- ▶ Mệt mỏi.
- ▶ Buồn nôn.
- ▶ Ói mửa
- ▶ Tiêu chảy.
- ▶ Đau bụng.
- ▶ Đau cơ nhức khớp.
- ▶ Màu của nước tiểu và phân thay đổi.

Một số người bị viêm gan do vi-rút có thể bị chứng vàng da, khi mà da và lòng trắng của mắt chuyển sang màu vàng. Ngứa ở da có thể xảy ra với chứng vàng da.



## Tôi Nên Làm Gì Nếu Tôi Bị Hoặc Nghi Rằng Mình Bị Viêm Gan Do Vi-rút?

Hãy gọi cho bác sĩ của bạn và sắp xếp một cuộc hẹn gấp. Bác sĩ của bạn sẽ xem bệnh án, khám sức khỏe và yêu cầu làm xét nghiệm máu để chẩn đoán cho bạn.

## Người Mang Mầm Bệnh Là Gì?

Người mang mầm bệnh là người có vi-rút viêm gan siêu vi B, C hoặc D trong máu. Người này có thể có hoặc có thể không có bất kỳ triệu chứng nào của bệnh. Vì vi-rút ở trong máu, nó có thể được truyền sang người khác qua việc sử dụng thuốc tiêm vào tĩnh mạch, hành vi tình dục có nguy cơ cao và truyền máu. Xét nghiệm máu có thể xác định một người có phải là người mang mầm bệnh hay không.

# Điều Trị Viêm Gan Mãn Tính Do Vi-rút

---

Sau khi bác sĩ xác định có mặt loại vi-rút gây viêm gan nào, thì có thể thảo luận chương trình điều trị. Một số gợi ý hữu ích dành cho những người bị viêm gan mãn tính do vi-rút được liệt kê dưới đây:

- ▶ Cùng bác sĩ của bạn xem lại toàn bộ bệnh án của bạn.
- ▶ Tập luyện sẽ tùy thuộc vào sự có mặt và mức độ mệt mỏi hiện tại. Nếu không có mệt mỏi, không có hạn chế lượng hoặc loại hình tập luyện có thể được thực hiện.
- ▶ Trong giai đoạn bệnh mãn tính, nên tránh tất cả các loại thức uống có cồn, cũng như sử dụng kim IV và hành vi tình dục có nguy cơ cao.
- ▶ Nên có chế độ ăn uống đủ dinh dưỡng và cân bằng.

## Tôi Có Nên Nấu Ăn Không?

Những người bị viêm gan siêu vi A không nên chuẩn bị hoặc chế biến thực phẩm cho người khác ăn cho đến khi có bằng chứng rõ ràng rằng mình không bị nhiễm (theo như bác sĩ xác định). Những hạn chế về việc chế biến thực phẩm là không cần thiết đối với những người bị viêm gan siêu vi B, C hay D.

## Tôi Có Cần Làm Sinh Thiết Gan Không?

Không phải lúc nào cũng cần. Làm sinh thiết gan là phương pháp theo đó người ta dùng kim để lấy ra một miếng nhỏ của gan để đem phân tích dưới kính hiển vi. Phương pháp này được thực hiện để khẳng định chắc chắn chẩn đoán viêm gan do vi-rút và để xác định mức độ tổn hại do vi-rút đã gây ra. Thường không cần làm sinh thiết gan để xác định nguyên nhân của bệnh viêm gan.

## Có Cần Thiết Nhập Viện Không?

Thường không cần phải nhập viện. Nếu một người không thể giữ thức ăn hay chất lỏng trong dạ dày một khoảng thời gian, thì bác sĩ của bạn có thể quyết định cần phải nhập viện.

# Hy Vọng Cho Tương Lai

---

Suốt mười năm qua, chúng ta đã đạt được rất nhiều tiến bộ trong lãnh vực viêm gan do vi-rút. Dù hiện nay có nhiều lựa chọn phương pháp điều trị đối với viêm gan siêu vi B và C, nhưng vẫn còn có nhiều điều phải học hỏi. Các nhà nghiên cứu đang liên tục nỗ lực tìm các thí nghiệm chẩn đoán và chọn lựa phương pháp điều trị mới cho bệnh nhân bị viêm gan, điều đó sẽ giúp cải thiện việc phát hiện và chất lượng sống của bệnh nhân.

# Phòng Ngừa Viêm Gan

---

## Viêm Gan Siêu Vi A & E

Hiện có nhiều loại vắc-xin bảo vệ con người chống lại viêm gan siêu vi A. Tình trạng vệ sinh tốt và vệ sinh cá nhân sẽ giảm lây lan viêm gan siêu vi A và E. Nên nấu chín nước nếu có bất kỳ nghi ngờ gì về lây nhiễm. Nên nấu chín kỹ thức ăn và lột vỏ trái cây nếu có bất kỳ nghi ngờ gì về tình trạng vệ sinh trong vùng. Người ta nên tránh ăn động vật vỏ giáp sống trong những vùng nước bị nhiễm. Để phòng ngừa lây lan viêm gan siêu vi A và E trong gia đình hay do tiếp xúc cá nhân thân mật, hãy rửa tay, dụng cụ ăn uống, tấm trải giường và quần áo trong nước và xà phòng.

## Viêm Gan Siêu Vi B & D

Hiện có nhiều loại vắc-xin bảo vệ con người chống lại viêm gan siêu vi B. Tránh tiếp xúc máu hay dịch tiết ra từ cơ thể của người bị nhiễm bệnh. Bạn không nên có quan hệ tình dục với người bị nhiễm bệnh viêm gan siêu vi B hoặc D mà không dùng bao cao su. Không dùng chung kéo hay kim với người bị nhiễm bệnh viêm gan siêu vi B hoặc D. Kim được sử dụng để xâm và châm xuyên qua cơ thể cũng có thể là một cách lây bệnh viêm gan siêu vi B và D.

Viêm gan siêu vi B và D thường được truyền từ mẹ bị nhiễm bệnh sang trẻ mới sinh. Quan trọng là tất cả trẻ mới sinh của các bà mẹ bị nhiễm viêm gan siêu vi B phải được chủng ngừa chống vi-rút này khi sinh. Bác sĩ của bạn cũng có thể lên kế hoạch điều trị phòng ngừa những tổn hại cho gan.

## Viêm Gan Siêu Vi C

Ngân hàng máu kiểm tra máu để đảm bảo độ an toàn của nguồn cung cấp máu. Việc này đã làm giảm đáng kể số trường hợp viêm gan siêu vi C do truyền máu.

Tránh tiếp xúc máu hoặc dịch tiết ra từ cơ thể của người được biết có hay mang vi-rút viêm gan. Không được dùng chung kim với bất cứ ai.

Bác sĩ của bạn cũng có thể lên kế hoạch điều trị để phòng ngừa thương tổn cho gan.

# Chú Giải Thuật Ngữ Viêm Gan

---

## Xơ Gan

Sẹo ở gan do tình trạng viêm trước kia gây ra. Có thể dẫn đến suy gan.

## Viêm Gan Do Vi-rút

Viêm gan có thể do nhiều loại vi-rút khác nhau gây ra, gồm viêm gan siêu vi A, B, C, D hoặc E. Các vi-rút khác cũng có thể gây viêm gan. Một số trường hợp viêm gan do vi-rút không thể được coi là viêm gan siêu vi A, B, C, D hoặc E. Trường hợp này được gọi là viêm gan ngoài siêu vi A, ngoài siêu vi B, ngoài siêu vi C, ngoài siêu vi D hoặc ngoài siêu vi E hay siêu vi X. Các nhà khoa học đã xác định được một số loại vi-rút có thể gây bệnh, nhưng không có loại nào được chứng minh là gây viêm gan.

## Mệt mỏi

Cảm thấy mệt

## Người mang mầm bệnh

Người có vi-rút viêm gan siêu vi B, C hay D trong máu. Người mang mầm bệnh có thể có hoặc có thể không có các triệu chứng của bệnh.

## Viêm Gan Mãn Tính

Viêm gan có thể kéo dài ít nhất sáu tháng hoặc lâu hơn.

## Viêm Gan Cấp Tính

Các biểu hiện ban đầu của viêm gan do vi-rút hay các nguyên nhân khác gây ra.

## Chứng Vàng Da

Da và/hoặc lòng trắng của mắt chuyển sang màu vàng; ngứa có thể có hoặc có thể không xảy ra.

## Sinh Thiết Gan

Sinh thiết gan là một biện pháp theo đó người ta dùng kim để lấy ra một miếng nhỏ của gan để phân tích dưới kính hiển vi. Phương pháp này được thực hiện để khẳng định chắc chắn chẩn đoán viêm gan và mức độ thương tổn đã xảy ra.

## Vắc-xin

Sản phẩm sinh học được đưa vào cơ thể bằng cách uống hoặc tiêm để phòng ngừa một căn bệnh nào đó.

# Hãy vào trang [www.gastro.org/patient](http://www.gastro.org/patient) để biết thêm thông tin về sức khỏe tiêu hóa và về các kiểm tra do các nhà vị tràng học thực hiện và để tìm một bác sĩ thành viên của AGA trong khu vực của bạn.

Hiệp Hội Vị Tràng Hoa Kỳ (AGA) có nhiệm vụ chuyên phát triển khoa học và thực nghiệm ngành vị tràng học. Được thành lập năm 1897, AGA là một trong các tổ chức y tế chuyên ngành lớn nhất ở Hoa Kỳ. 16.000 thành viên của chúng tôi gồm các bác sĩ và các nhà khoa học nghiên cứu, chẩn đoán và điều trị rối loạn đường dạ dày-ruột và gan. Viện AGA điều hành phòng mạch, nghiên cứu về các chương trình giáo dục của tổ chức này.

Nội dung trong các sêri sách thông tin giáo dục bệnh nhân của Viện AGA được cập nhật bởi các nhà vị tràng học sau đây:

**John I. Allen, Tiến Sĩ Y Khoa, Thạc sĩ Quản Trị Kinh Doanh, Hội Viên AGAF**

Vị Tràng Học Minnesota Chủ Tịch, Ủy Ban Quản Lý Chất Lượng & Thực Nghiệm Lâm Sàng AGA

**Harry R. Aslanian, Tiến Sĩ Y Khoa**  
Trưởng Đại Học Y Yale

**Stephen J. Bickston, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**  
Đại Học Hệ Thống Y Tế Virginia

**Joel V. Brill, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**

Y Tế Dự Phòng LLC Chủ Tịch, Ủy Ban Kinh Tế & Quản Lý Thực Nghiệm AGA

**Marcia I. Canto, Tiến Sĩ Y Khoa, Thành Viên Viện Khoa Học**  
Đại Học Johns Hopkins

**Richard Davis, Jr, PA-C**  
Đại Học Y Khoa Đại Học Tổng Hợp Florida

**Mark H. DeLegge, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**

Đại Học Y Khoa Nam Carolina

**Kenneth DeVault, Tiến Sĩ Y Khoa**  
Bệnh Viện Mayo, Jacksonville

**Stephen W. Hiltz, Tiến Sĩ Y Khoa, Thạc Sĩ Quản Trị Kinh Doanh, Hội Viên AGAF**

Vị Tràng Học TriState

**Lawrence R. Kosinski, Tiến Sĩ Y Khoa, Thạc Sĩ Quản Trị Kinh Doanh, Hội Viên AGAF**

Vị Tràng Học Elgin, S.C

**Linda A. Lee, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**

Trưởng Y Khoa Johns Hopkins

**Stephen A. McClave, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**

Trưởng Y Khoa Đại Học Louisville

**Kimberley Persley, Tiến Sĩ Y Khoa**  
Tư Vấn Viên Bệnh Tiêu Hóa Texas

**John Schaffner, Tiến Sĩ Y Khoa**  
Bệnh Viện Mayo, Rochester

**Joanne A.P. Wilson, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên ACP, Hội Viên AGAF**

Trung Tâm Y Tế Đại Học Duke

**Cynthia M. Yoshida, Tiến Sĩ Y Khoa, Hội Viên AGAF**

Đại Học Hệ Thống Y Tế Virginia

**Atif Zaman, Tiến Sĩ Y Khoa, Thành Viên Y Tế Cộng Đồng**

Đại Học Sức Khỏe Và Khoa Học Oregon



**AGA INSTITUTE**  
AGA Education, Practice and Research



Chiến Dịch Sức Khỏe Tiêu Hóa® (DHI) là chiến dịch của Viện AGA cung cấp các chương trình giáo dục về rối loạn tiêu hóa cho những người bị bệnh tiêu hóa, trong nỗ lực giáo dục cộng đồng chăm sóc sức khỏe trên quy mô lớn hơn.

Quyển sách thông tin này do AGA phát hành và được Takeda Pharmaceuticals North America, Inc. tài trợ.



**Để biết thêm thông tin về các bệnh tiêu hóa, hãy truy cập trang web của AGA tại địa chỉ [www.gastro.org](http://www.gastro.org).**

Viện AGA cung cấp thông tin trong quyển sách thông tin này vì mục đích giáo dục cung cấp thông tin sức khỏe hữu ích và chính xác cho toàn thể cộng đồng. Thông tin này không được dùng như tư vấn y tế và không nên dùng để chẩn đoán. Thông tin trong các sách thông tin này không nên được xem như biện pháp thay thế cho việc tham vấn ý kiến của một chuyên gia về chăm sóc sức khỏe. Nếu bạn có thắc mắc hoặc quan ngại gì về thông tin trong sách thông tin này, xin liên hệ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình. Chúng tôi khuyến khích bạn sử dụng thông tin về các câu hỏi trong sách thông tin này với (các) nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình như cách tạo đối thoại và hợp tác về bệnh trạng và việc điều trị của bạn.