

Bệnh viêm gan loại C: Hệ-thống miễn-nhiễm

Thân-thể của bạn có một hệ-thống miễn-nhiễm. Hệ-thống này hành-động như một đạo quân có nhiệm-vụ là bảo-vệ sức-khỏe của bạn. Hệ-thống miễn-nhiễm của bạn được làm nên bởi những tế-bào và cơ-quan. Những tế-bào và cơ-quan này bảo-vệ bạn chống lại những vật ngoài xâm-nhập, chẳng hạn như vi-sinh-bào. Công-việc của hệ-thống miễn-nhiễm của bạn là đi tìm và diệt-trừ những vi-sinh-bào này.

Lá gan của bạn đóng một vai trò quan-trọng trong hệ-thống miễn-nhiễm của bạn. Lá gan của bạn sản-xuất ra tất-cả đủ loại những gì sẽ bảo-vệ cho bạn. Bạn cần có hệ-thống miễn-nhiễm của bạn để giữ cho bạn được khỏe-mạnh. Nếu không có hệ-thống đó thì bạn sẽ luôn chịu sự tấn-công thường-trực của vi-sinh-bào. Điều này sẽ khiến bạn bị bệnh hay có thể bị chết.

Vi-sinh-bào đến có nhiều dạng. Đơn-sinh-bào, ký-sinh-trùng và vi-khuẩn là những vi-sinh-bào. Bệnh viêm gan loại C là một loại vi-khuẩn. Nếu bệnh viêm gan loại C định tấn-công cơ-thể của bạn, thì hệ-thống miễn-nhiễm của bạn sẽ làm đủ mọi cách có thể làm được để chống lại sự tấn-công của vật bên ngoài này. Một vài người có hệ-thống miễn-nhiễm chống-cự sự tấn-công của bệnh viêm gan loại C một cách thành-công. Những người này (khoảng 2 đến 3 người trong số 10 người) không phát ra bệnh viêm gan kinh-niên loại C. Máu của họ sẽ mang bằng-chứng nói rằng hệ-thống miễn-nhiễm của họ đã chống lại bệnh viêm gan loại C. Bằng-chứng này được biết đến trong dạng *kháng-thể* bệnh viêm gan loại C. Kháng-thể giống như những vết sẹo chiến-trận còn lại sau khi kẻ thù đã rời khỏi bãi chiến-trường lâu rồi.

Phần lớn người ta tiếp-tục bị bệnh và trở thành bệnh viêm gan kinh-niên loại C. Bởi vì bệnh viêm gan loại C là một vi-khuẩn mà có thể làm hư-hỏng sức-khỏe của bạn, nên việc chăm-sóc hệ-thống miễn-nhiễm của bạn là một điều tốt. Bạn có thể làm những điều như:

- ◆ Ăn thức ăn bổ-dưỡng và hãy xuống cân nếu bạn bị nặng cân quá
- ◆ Tránh dùng rượu và những thuốc giải-trí
- ◆ Hãy ngủ đầy-đủ
- ◆ Vận-động mỗi ngày
- ◆ Đừng bị căng-thẳng thái-quá
- ◆ Hãy đi chủng ngừa bệnh viêm gan loại A và loại B

Bệnh viêm gan **cấp-tính** loại C có nghĩa là bạn đã có bệnh dưới 6 tháng.

Bệnh viêm gan **kinh-niên** loại C có nghĩa là bạn đã có bệnh 6 tháng hay lâu hơn.

H

C

V

The
Immune System



HCV ADVOCATE
www.hcvadvocate.org

Dự-án hỗ-trợ cho
bệnh viêm gan loại
C Trang mạng lưới
www.hcvadvocate.org

Ấn-bản 1.2 tháng tu 2009