



Hepatitis C Support Project (Dự-án hỗ-trợ bệnh viêm gan loại C)

www.hcvadvocate.org

Bạn hiện đang có nguy-cơ nhiễm bệnh viêm gan loại C không? Để sống cách lợi-ích. Hãy giữ mình khỏe-mạnh.

Tờ thông-tin về sự-kiện này được soạn ra để giúp bạn luôn được lành-mạnh qua việc cho bạn biết về những điều nào có thể khiến bạn có nguy-cơ bị nhiễm phải bệnh viêm gan loại C (HCV). Khi bạn tránh những trường-hợp kê-khai dưới đây thì điều ấy sẽ giảm-thiểu rất nhiều mối nguy-cơ nhiễm bệnh viêm gan loại C của bạn. cũng như không mắc phải những loại bệnh khác thuộc loại truyền-nhiễm bằng sự tiếp-xúc trực-tiếp từ máu này sang máu khác

Sự tiếp-xúc trực-tiếp từ máu này sang máu khác

Bệnh viêm gan loại C được lan truyền ra qua sự tiếp-xúc trực-tiếp từ máu này sang máu khác. Bất-kỳ việc gì mà khiến cho máu của người khác tiếp-xúc trực-tiếp với máu của bạn hat ngược lại thì đều phải được thực-hiện một cách cẩn-thận. Khi bạn tỏ ra cẩn-thận và biết hành-xử theo trí hiểu-biết thông-thường trong mọi hoàn-cảnh mà có sự hiện-diện của máu (có thể là máu của bạn hoặc của người khác) thì điều ấy sẽ giúp bảo-vệ bạn tránh được việc nhiễm bệnh viêm gan loại C cũng như những bệnh khác mà truyền-nhiễm qua đường máu.

Dùng chung những dụng-cụ xử-dụng ma-tuý

Khi bạn dùng chung-chạ những dụng-cụ xử-dụng ma-tuý loại có hay không có dùng đến ống chích chẳng hạn như mũi kim, bong gòn, nổi lược, dây buộc, ống hút, ống vó và ngay cả nước lã đều là những cách dễ nhiễm bệnh viêm gan loại C nhất. Ngay cả một số lượng máu nhỏ đến độ bạn không thể thấy được cũng có thể lan truyền vi-khuẩn bệnh. Khi bạn chắc-chắn rằng những dụng-cụ luôn là dụng-cụ riêng của bạn và không một ai khác có thể dùng chung được, thì điều ấy sẽ giúp giữ bạn luôn được lành-mạnh. Nếu bạn đã từng chích những loại ma-tuý via hè, hay đã từng dùng chung mũi kim với một người khác – *dù chỉ là một lần* – thì bạn nên đi thử-nghiệm về bệnh viêm gan loại C.

Truyền máu và những thủ-tục y-tế trước năm 1992

Trước năm 1992 đã có nhiều người nhiễm phải bệnh viêm gan loại C qua sự truyền máu, hoặc các sản-phẩm khác của máu. Nếu bạn đã có trải qua các thủ-tục y-tế mà có dùng máu, hay các sản-phẩm các của máu thì bạn có thể đang có nguy-cơ mắc phải bệnh. Bây giờ thì các nguồn tiếp máu đều được xem là rất an-toàn. Và mức-độ dễ mắc bệnh viêm gan loại C qua máu bị nhiễm trùng thì còn ít hơn 0.01%. Dù nguy-cơ nhiễm bệnh viêm gan loại C từ những thủ-tục y-tế thì rất hiếm nhưng chúng ta phải tuân theo những thủ-tục an-toàn một cách cẩn-thận.

Những thủ-tục y-tế và nha-khoa được thực-hiện tại một vài quốc-gia khác

Những di-dân từ các quốc-gia khác được xem là có nguy-cơ mắc phải bệnh viêm gan loại C nếu quốc-gia mà họ đã từ đó di-cư đến không tuân theo những sự phòng-ngừa an-toàn tiêu-chuẩn trong những trường-hợp có liên-quan đến máu để ngăn-ngừa sự truyền-nhiễm của bệnh viêm gan loại C. Nếu bạn tin rằng bạn có nguy-cơ mắc bệnh thì xin bạn nói chuyện với những người chăm-sóc y-tế của bạn.

Những sắc-tố đông máu trước năm 1987

Những người nào có nhận những sắc-tố đông máu trước năm 1987 nên được thử-nghiệm về bệnh viêm gan loại C.

Thẩm-tách máu trị-liệu-pháp

Những người nào có nhận trị-liệu bằng phương-pháp thẩm-tách máu thì nên được thử-nghiệm về bệnh viêm gan C.

Các con-cái do các phụ-nữ có dấu-hiệu thử-nghiệm là có bệnh viêm gan loại C sanh ra	Mức-độ truyền-nhiễm bệnh viêm gan loại C từ người mẹ có dấu-hiệu thử-nghiệm là có bệnh viêm gan truyền sang đứa trẻ thì rất là thấp. Những cuộc nghiên-cứu hiện nay tìm thấy rằng có khoảng 5% số em bé sẽ mắc phải bệnh viêm gan từ những người mẹ có dấu hiệu thử-nghiệm là có bệnh viêm gan loại C. Nếu người mẹ của bạn có dấu-hiệu thử nghiệm là có bệnh thì bạn nên đi thử-nghiệm.
Truyền-nhiễm qua tình-dục	Sự truyền-nhiễm bệnh viêm gan loại C qua tình-dục không phải là điều thông-thường. Những người nào có mối quan-hệ một vợ một chồng lâu dài và ổn-định thì ít có nguy-cơ mắc phải bệnh viêm gan loại C từ người bạn tình của họ. Tuy-nhiên, trong một số các nhóm được xem là có nguy-cơ mắc bệnh cao, bao gồm cả những người có giao-hợp với nhiều bạn tình khác nhau mà không dùng bọc che, hoặc có giao-hợp với người bạn tình mang một bệnh truyền-nhiễm qua tình-dục, thì nguy-cơ mắc bệnh viêm gan loại C sẽ nhiều hơn. Phần lớn các cơ-quan chính-quyền lại không đề-nghị việc thử-nghiệm định-kỳ cho những người nằm trong thành-phần có nguy-cơ cao về tình-dục, hay những người đang có giao-hợp đều-đặn với người bạn tình có nhiễm bệnh viêm gan HCV mà không dùng bọc che. Tuy-nhiên, nếu bạn lo-lắng về việc truyền-nhiễm bệnh qua tình-dục và muốn được thử-nghiệm thì xin bạn nói chuyện với người chăm-sóc y-tế của bạn.
Sự tiếp-xúc trong nghề-nghiệp	Các nhân-viên nào trong ngành y-tế mà đã có tiếp-xúc với máu thì có nhiều nguy-cơ mắc bệnh viêm gan loại C và nên được thử-nghiệm. Tuy-nhiên, mức-độ truyền-nhiễm tổng-quát thì rất thấp, với mức-độ thường có thể xảy ra khoảng 2% cho bệnh viêm gan loại C trong ngành y-tế. Những trường-hợp truyền-nhiễm thông-thường nhất là những ống tiêm có mũi kim rỗng. Nếu bạn đã tiếp-xúc với bất-kỳ loại máu nào có nhiễm bệnh viêm gan loại C thì bạn nên được thử-nghiệm.
Đi xâm mình hay xuyên lỗ	Nếu bạn đã từng đi xâm hình hay đi xuyên lỗ trong những bối-cảnh không mấy an-toàn thì bạn nên đi thử-nghiệm về bệnh viêm gan loại C. Phần lớn các cửa tiệm xâm thương-mại hoạt-động theo những phương-cách phòng-ngừa an-toàn tiêu-chuẩn, và họ chắc-chắn là chỉ dùng kim mới và bình mực riêng cho mỗi người khách. Trong những bối-cảnh khác, chẳng hạn như trong nhà tù hay ngoài vỉa hè, thì độ rủi-ro mắc phải bệnh viêm gan loại C sẽ cao hơn.
Châm-cứu	Nếu bạn có đi châm-cứu, thì bạn cần áp-dụng những sự phòng-ngừa an-toàn tương-tự. Bạn chỉ nên dùng kim châm-cứu riêng cho từng khách hàng, và nhân-viên châm-cứu của bạn nên thực-hiện những sự ngăn-ngừa an-toàn chống lại việc lan truyền bệnh viêm gan loại C.
Dùng chung các vật-dụng cá-nhân	Sự lây-nhiễm bệnh viêm gan loại C qua các vật-dụng vệ-sinh cá-nhân thì không phải là điều thông-thường. Nhưng khi bạn dùng chung bàn chải răng, dao cạo râu, đồ cắt và dũa móng tay thì có tiềm-năng lây-nhiễm bệnh viêm gan loại C. Nếu bạn có đụng chạm với những vật-dụng vệ-sinh cá-nhân bị lây-nhiễm bệnh viêm gan loại C thì bạn nên đi thử-nghiệm để được an-toàn.

Nếu bạn muốn biết thêm chi-tiết về những yếu-tố rủi-ro này, hay cần thêm tin-tức về bệnh viêm gan loại C, thì xin bạn đến viếng thăm trang mạng lưới thông-tin WWW.hcvadvocate.org