

BỆNH VIÊM GAN B

Những điều cần biết để bảo vệ sức khỏe bản thân,
gia đình và cộng đồng



Kịch bản của nhà giáo dục



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Hôm nay chúng ta sẽ nói về bệnh viêm gan B: những điều bạn cần biết để giữ gìn sức khỏe cho bản thân, người thân và cộng đồng.

Mặc dù có nhiều dạng viêm gan khác nhau nhưng hôm nay chúng ta sẽ tập trung vào viêm gan B.

Phần trình bày này chỉ mất khoảng 10-15 phút.

Nếu tại bất kì chỗ nào. Khi có thắc mắc, hãy hỏi tôi!

Cảm ơn các bạn đã dành thời gian tìm hiểu về bệnh viêm gan B cùng tôi hôm nay!"

Viêm gan B là một trong những bệnh truyền nhiễm phổ biến nhất trên thế giới

Trên toàn thế giới
Gần 300 triệu người đang
sống chung với bệnh viêm
gan B



Ở Mỹ
Khoảng 2,4 triệu người đang
sống chung với bệnh viêm
gan B

Kịch bản của nhà giáo dục

Viêm gan B là một trong những bệnh truyền nhiễm phổ biến nhất trên thế giới

Trên toàn thế giới
Gần 300 triệu người đang
sống chung với bệnh viêm
gan B



Ở Mỹ
Khoảng 2,4 triệu người đang
sống chung với bệnh viêm
gan B

Thành viên cộng đồng nhìn
thấy

“Vì vậy, bạn có thể thắc mắc 'tại sao viêm gan

B lại liên quan đến tôi?'

Điều quan trọng là phải tìm hiểu về bệnh viêm gan B vì đây là một trong những bệnh truyền nhiễm phổ biến nhất trên thế giới. Có gần 300 triệu người trên thế giới sống chung với bệnh viêm gan B và nhiều người ở châu Á mắc bệnh viêm gan B.

Người Mỹ gốc Á gánh nặng bệnh viêm gan B ở

Mỹ, chiếm hơn một nửa trong số 2,4 triệu người mắc bệnh viêm gan B trên toàn quốc.”

Tại sao viêm gan B lại phổ biến?



Kịch bản của nhà giáo dục



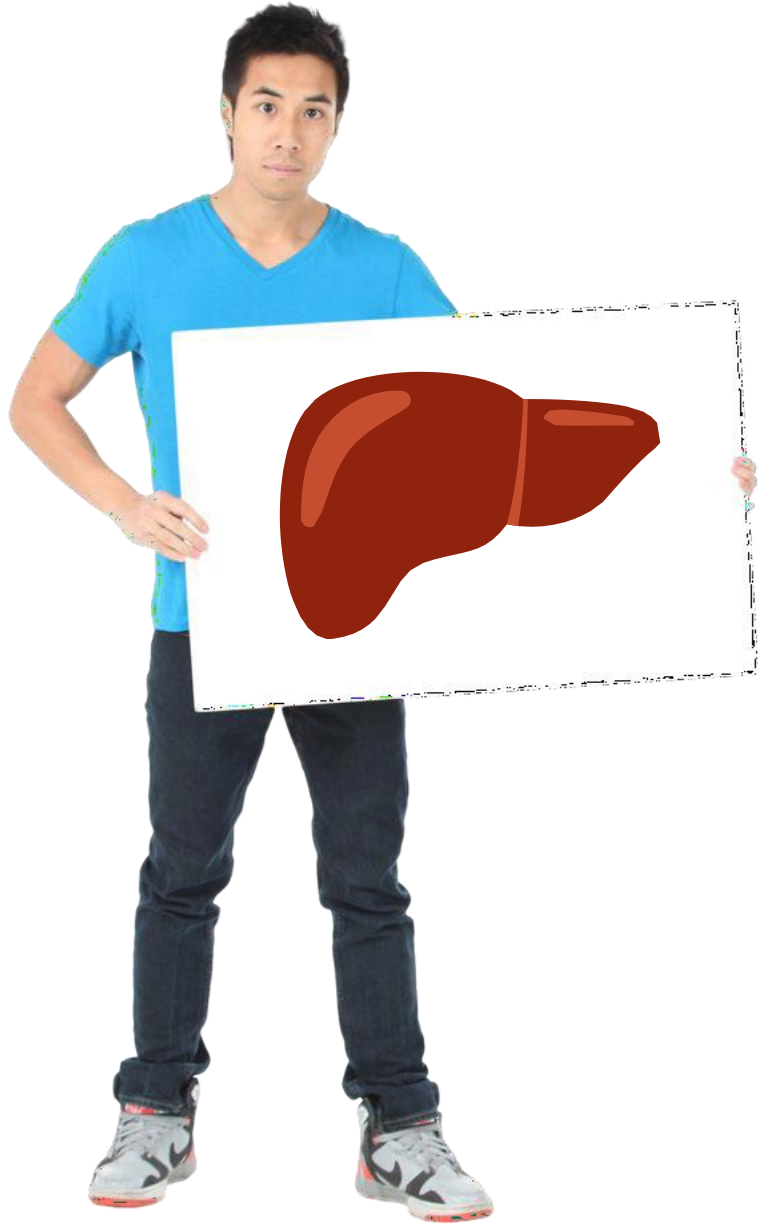
Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Bạn có thể thắc mắc, 'tại sao bệnh viêm gan B lại phổ biến?'"

Viêm gan B đã tồn tại trên thế giới hàng ngàn năm và tiếp tục ảnh hưởng đến hàng triệu người.

Bởi vì vắc-xin viêm gan B không có ở khắp mọi nơi và do cách thức lây truyền của vi-rút nên nhiều trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ và người lớn bị nhiễm bệnh - hoặc có nguy cơ bị nhiễm trùng."

Viêm gan B là gì?

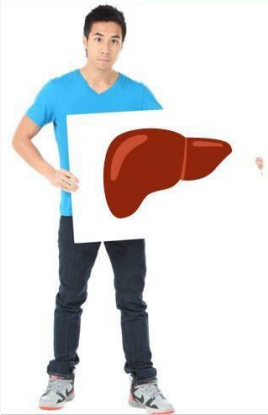


Viêm gan B là một bệnh nhiễm virus có thể gây ra bệnh gan nghiêm trọng và thậm chí là ung thư gan.

Gan của bạn rất quan trọng đối với sức khỏe của bạn.

Kịch bản của nhà giáo dục

Viêm gan B là gì?



Viêm gan B là một bệnh nhiễm virus có thể gây ra bệnh gan nghiêm trọng và thậm chí là ung thư gan.

Gan của bạn rất quan trọng đối với sức khỏe của bạn.

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

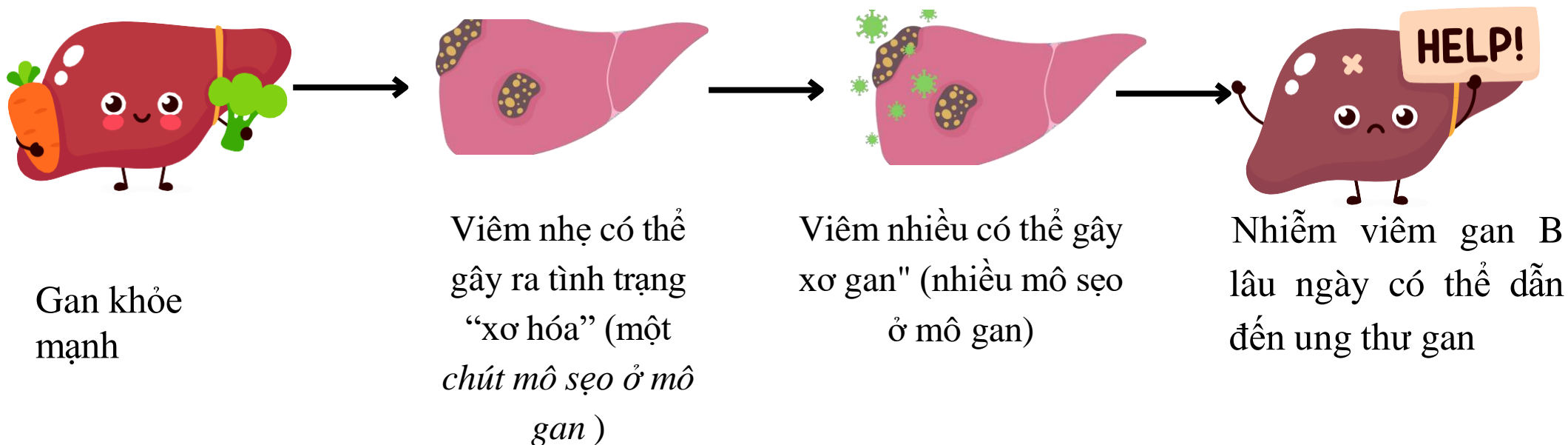
“Viêm gan B là bệnh nhiễm virus do virus viêm gan B gây ra. Nếu không được chẩn đoán, nó có thể dẫn đến tổn thương gan hoặc ung thư gan theo thời gian.

Điều rất quan trọng là giữ cho gan khỏe mạnh vì nó có nhiều vai trò trong cơ thể.

Nó giúp tiêu hóa thức ăn, điều hòa năng lượng, phân hủy độc tố, chống nhiễm trùng, xử lý thuốc, lưu trữ vitamin và giúp đông máu!

Con người không thể sống nếu không có gan.”

Viêm gan B có thể dẫn đến tổn thương gan và ung thư gan theo thời gian

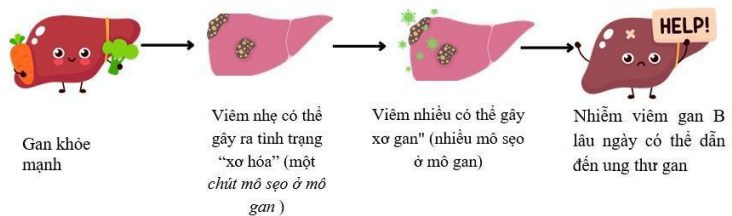


Việc xét nghiệm viêm gan B bây giờ có thể giúp ngăn ngừa các biến chứng về gan trong tương lai!



Kịch bản của nhà giáo dục

Viêm gan B có thể dẫn đến tổn thương gan và ung thư gan theo thời gian



Việc xét nghiệm viêm gan B bây giờ có thể giúp ngăn ngừa các biến chứng về gan trong tương lai!



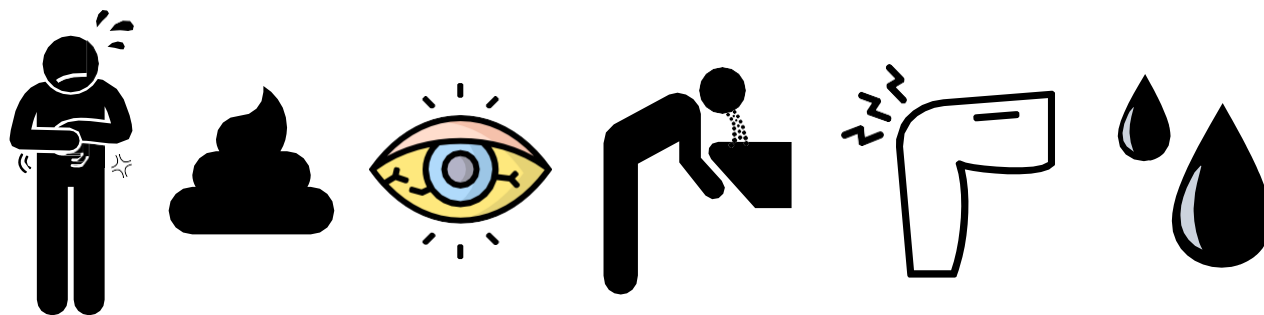
Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Viêm gan B có thể dẫn đến tổn thương gan theo thời gian nếu ai đó không biết mình bị nhiễm viêm gan.

Một lá gan khỏe mạnh có thể bị viêm nhẹ, gọi là " xơ hóa", có thể tiếp tục tiến triển thành viêm nặng hoặc sẹo, gọi là " xơ gan" hoặc thậm chí là ung thư gan.

Ít hơn 10% số người nhiễm viêm gan B mãn tính có triệu chứng

Nếu các triệu chứng xảy ra với bệnh viêm gan B mãn tính, chúng có thể là dấu hiệu của bệnh gan tiến triển:



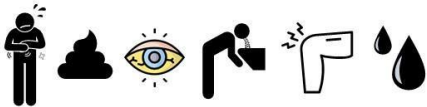
Da hoặc mắt vàng, đau bụng, nôn mửa, cảm thấy mệt mỏi, đau khớp, nước tiểu sẫm màu hoặc phân màu đất sét

Kịch bản của nhà giáo dục

Ít hơn 10% số người nhiễm viêm gan B mãn tính có triệu chứng



Nếu các triệu chứng xảy ra với bệnh viêm gan B mãn tính, chúng có thể là dấu hiệu của bệnh gan tiến triển:



Da hoặc mắt vàng, đau bụng, nôn mửa, cảm thấy mệt mỏi, đau khớp, nước tiểu sẫm màu hoặc phân màu đất sét

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Có thể bạn đang thắc mắc về các triệu chứng của bệnh viêm gan B. Trên thực tế, chưa đến 10% số người nhiễm bệnh có triệu chứng.

Điều đó có nghĩa là hầu hết những người mắc bệnh viêm gan B đều không có bất kỳ triệu chứng nào, vì vậy xét nghiệm là cách duy nhất để biết bạn có bị viêm gan B hay không."

Bạn có thể bị nhiễm viêm gan B thông qua:



Máu

Tiếp xúc máu trực tiếp với người bị nhiễm bệnh



Tiếp xúc với người thân

Dùng chung dụng cụ vệ sinh (dao cạo râu, bàn chải đánh răng, bông tai, v.v.)



Tiếp xúc quan hệ

Tiếp xúc trực tiếp với dịch tình dục của người bị nhiễm bệnh

Mẹ sang con trong lúc sinh nở

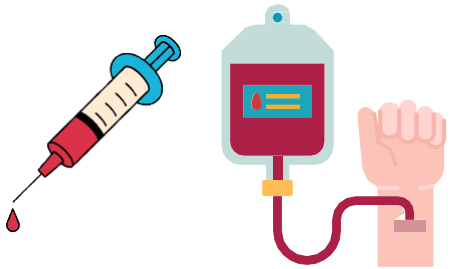


Dùng chung kim tiêm



Xăm mình, xỏ khuyên, cắt tóc, rạch da, cắt bao quy đầu

Tiếp xúc khi chăm sóc sức khỏe



Kịch bản của nhà giáo dục

Bạn có thể bị nhiễm viêm gan B thông qua:

The infographic is divided into five sections, each with an icon and text:

- Máu**: Tiếp xúc máu trực tiếp với người bị nhiễm bệnh. (Icon: blood drop)
- Tiếp xúc với người thân**: Dùng chung dụng cụ vệ sinh (dao cạo râu, bàn chải đánh răng, bông tai, v.v.) (Icon: toothbrush and comb)
- Tiếp xúc quan hệ**: Tiếp xúc trực tiếp với dịch tình dục của người bị nhiễm bệnh. (Icon: two people in a sexual embrace)
- Mẹ sang con trong lúc sinh nở**: (Icon: mother and baby)
- Đùng chung kim tiêm**: Xăm mình, xỏ khuyên, cắt tóc, rạch da, cắt bao quy đầu. (Icon: syringe and tattoo needles)
- Tiếp xúc khi chăm sóc sức khỏe**: (Icon: medical equipment)

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Viêm gan B thường lây truyền từ mẹ bị nhiễm bệnh sang con do quá trình trao đổi máu xảy ra trong quá trình sinh nở. Nó cũng có thể lây truyền qua tiếp xúc với máu và dịch tình dục bị nhiễm bệnh.

Một số rủi ro bao gồm:

- Dùng chung dao cạo râu, bàn chải đánh răng, bấm móng tay hoặc khuyên tai với người bị nhiễm bệnh.
- Tiếp xúc với thiết bị y tế chưa được vệ sinh sạch sẽ.
- Dùng chung kim tiêm với người khác.
- Xăm mình, xỏ khuyên, cắt tóc, rạch da, cắt bao quy đầu không vô trùng.
- Quan hệ tình dục mà không sử dụng biện pháp bảo vệ (chẳng hạn như bao cao su) cũng là một nguy cơ."

Hầu hết mọi người bị nhiễm bệnh khi còn rất trẻ.

Khi bạn bị nhiễm bệnh khi còn trẻ, bạn có nhiều khả năng bị nhiễm suốt đời và có nguy cơ mắc bệnh ung thư gan. Chúng ta có thể ngăn trẻ sơ sinh bị nhiễm vắc xin an toàn và hiệu quả!



Kịch bản của nhà giáo dục



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Lây truyền virus khi sinh con là cách phổ biến nhất khiến mọi người bị nhiễm bệnh. Điều này có thể được ngăn ngừa bằng vắc-xin an toàn và hiệu quả. Tất cả những người mang thai nên được xét nghiệm viêm gan B và những người bị nhiễm bệnh có thể cần được điều trị trong thời kỳ mang thai. Tất cả trẻ sơ sinh nên bắt đầu tiêm vắc-xin viêm gan B ngay từ khi mới sinh. "Liều thuốc sinh" này là cần thiết cho tất cả trẻ sơ sinh được sinh ra từ những bà mẹ bị nhiễm bệnh."

Viêm gan B **KHÔNG** lây lan qua:

Hắt hơi hoặc ho vào ai đó

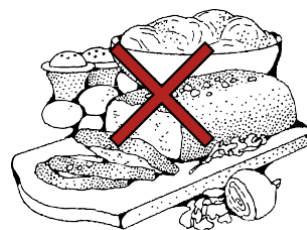


Nắm tay

Hôn
nhau



Cho con bú



Đồ ăn

Hoặc chia sẻ bữa ăn
với người không bị
nhiễm bệnh



Nước Uống từ

cốc của người bị nhiễm
bệnh hoặc dùng chung
phòng tắm



Ôm

Kịch bản của nhà giáo dục



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Điều quan trọng cần biết là có rất nhiều hiểu lầm về cách lây lan của bệnh viêm gan B. Viêm gan B **KHÔNG** lây lan ngẫu nhiên.

Điều này có nghĩa là viêm gan B **KHÔNG** lây lan qua: thực phẩm (chẳng hạn như ăn thức ăn do người bị nhiễm bệnh chuẩn bị hoặc dùng chung bữa ăn với họ), nước (chẳng hạn như uống từ cốc của người bị nhiễm bệnh hoặc dùng chung nhà vệ sinh), hắt hơi, ho, cho con bú, nắm tay, ôm và hôn. Tất cả những điều này đều **AN TOÀN** và không lây lan bệnh viêm gan B."



Nếu bạn được hỏi thêm chi tiết về chất lỏng nào chứa vi-rút:

Virus viêm gan B chỉ lây truyền qua đường máu và tinh dịch. Nó không lây lan qua nước bọt, mồ hôi, sữa mẹ, nước tiểu hoặc nước mắt.

Tin tốt: Các vấn đề về gan, bao gồm cả ung thư gan, có thể được ngăn ngừa bằng cách đi xét nghiệm và gặp bác sĩ.



Xét nghiệm viêm gan B rất đơn giản và dễ dàng và có thể giúp ích bạn và gia đình luôn khỏe mạnh.

Kịch bản của nhà giáo dục

Tin tốt: Các vấn đề về gan, bao gồm cả ung thư gan, có thể được ngăn ngừa bằng cách đi xét nghiệm và gặp bác sĩ.



Xét nghiệm viêm gan B rất đơn giản và dễ dàng và có thể giúp ích bạn và gia đình luôn khỏe mạnh.

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Tin tốt là các biến chứng về gan có thể được ngăn ngừa bằng cách đi xét nghiệm và gặp bác sĩ nếu bạn bị nhiễm bệnh.

Xét nghiệm viêm gan B rất đơn giản và dễ dàng, có thể giúp bạn và gia đình luôn khỏe mạnh.

Bạn có thể được xét nghiệm tại văn phòng bác sĩ, phòng khám sức khỏe hoặc thậm chí là hội chợ sức khỏe cộng đồng! Ở phần cuối của bài trình bày này, tôi sẽ cung cấp cho bạn những tài nguyên để biết thêm thông tin về bệnh viêm gan B và nơi tìm xét nghiệm."



Bạn có thể được hỏi:

Xét nghiệm viêm gan B là gì?

Xét nghiệm là xét nghiệm máu. Kỹ thuật viên phòng thí nghiệm sẽ lấy một ống máu nhỏ và gửi đi xét nghiệm. Kết quả sẽ có sau vài ngày.

Nếu ai đó phát hiện ra mình mắc bệnh viêm gan B, họ có thể giữ sức khỏe bằng cách:

1

Gặp bác sĩ 1-2 lần một năm

- Điều quan trọng là phải gặp một nhà cung cấp có kinh nghiệm trong việc quản lý bệnh viêm gan B.
- Nếu ai đó cần điều trị để làm chậm hoặc ngăn ngừa tổn thương gan, bác sĩ có thể đưa ra khuyến nghị điều trị.



2

Hãy sống lành mạnh

- Có chế độ ăn uống bổ dưỡng. Duy trì hoạt động thể chất.
- Tránh uống rượu và thuốc lá vì chúng chứa độc tố.



Kịch bản của nhà giáo dục

Nếu ai đó phát hiện ra mình mắc bệnh viêm gan B, họ có thể giữ sức khỏe bằng cách:

1

Gặp bác sĩ 1-2 lần một năm

- Điều quan trọng là phải gặp một nhà cung cấp có kinh nghiệm trong việc quản lý bệnh viêm gan B.
- Nếu ai đó cần điều trị để làm chậm hoặc ngăn ngừa tổn thương gan, bác sĩ có thể đưa ra khuyến nghị điều trị.



2

Hãy sống lành mạnh

- Có chế độ ăn uống bổ dưỡng. Duy trì hoạt động thể chất.
- Tránh uống rượu và thuốc lá vì chúng chứa độc tố.



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Nếu ai đó có kết quả xét nghiệm dương tính với bệnh viêm gan B, có một số cách để họ có thể giữ được sức khỏe.

Gặp bác sĩ một hoặc hai lần một năm có kinh nghiệm điều trị bệnh viêm gan B là điều quan trọng. Họ sẽ kiểm tra sức khỏe gan của một người và có thể đề nghị điều trị bằng thuốc kháng vi-rút để ngăn ngừa tổn thương gan và ung thư gan.

Người đó cũng có thể có lối sống lành mạnh bằng cách ăn uống bổ dưỡng, tập thể dục và tránh uống rượu và thuốc lá."

Hiện vẫn chưa có thuốc chữa khỏi bệnh viêm gan B mãn tính

Hiện nay, chưa có cách chữa khỏi bệnh viêm gan B. Các nhà khoa học đang cố gắng tìm ra cách chữa trị.



Kịch bản của nhà giáo dục

Hiện vẫn chưa có thuốc chữa khỏi bệnh viêm gan B mãn tính

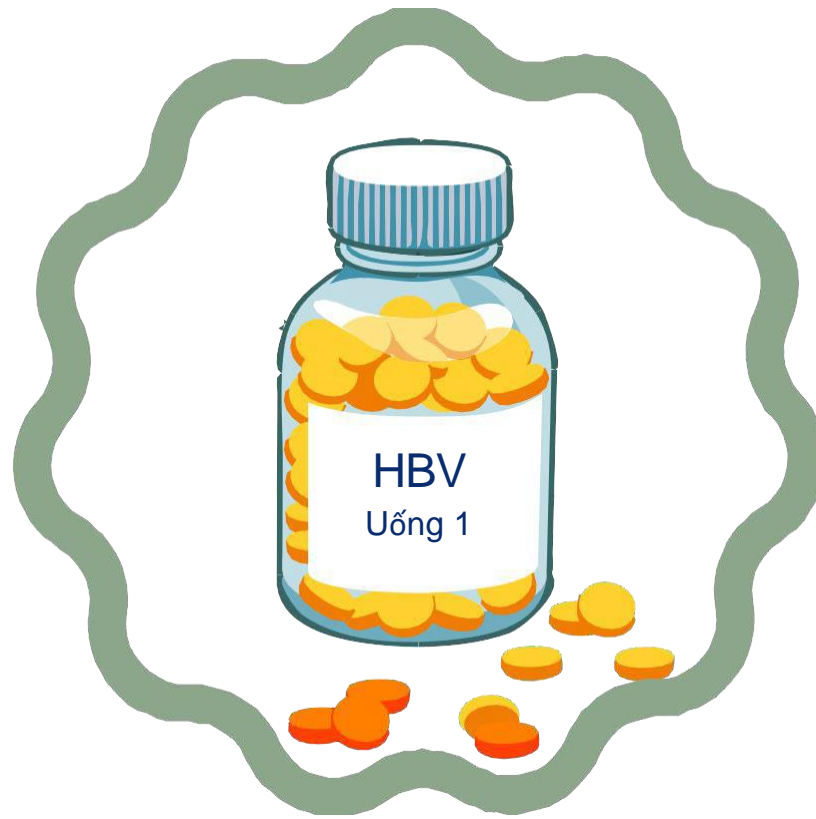
Hiện nay, chưa có cách chữa khỏi bệnh viêm gan B. Các nhà khoa học đang cố gắng tìm ra cách chữa trị.



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

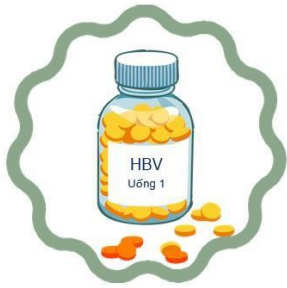
"Bạn có thể đã nghe nói về khả năng "chữa khỏi" bệnh viêm gan B mãn tính. Thảo dược và y học cổ truyền có thể là một phần trong chế độ chăm sóc sức khỏe của một người, nhưng những thứ này sẽ không "chữa khỏi" vi-rút. Một số loại thảo dược và thực phẩm bổ sung có thể gây hại cho gan, vì vậy hãy trao đổi với bác sĩ trước khi dùng chúng."

Hiện có các phương pháp điều trị hiệu quả
cho bệnh viêm gan B.



Kịch bản của nhà giáo dục

Hiện có các phương pháp điều trị hiệu quả cho bệnh viêm gan B.



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Tin tốt là có những phương pháp điều trị viêm gan B rất hiệu quả.

Những loại thuốc "kháng vi-rút" này đã được thử nghiệm và chứng minh là có thể kiểm soát vi-rút viêm gan B và có thể giúp ngăn ngừa tổn thương gan và ung thư gan. Nó có vai trò quan trọng trong việc giúp quản lý virus."

Đây là sự thật:

1

Hầu hết mọi người không có triệu chứng viêm gan B.

2

Hầu hết mọi người đều mắc bệnh viêm gan B khi còn là trẻ sơ sinh hoặc trẻ nhỏ.

3

Có những phương pháp điều trị hiệu quả đối với bệnh viêm gan B có thể giúp bạn khỏe mạnh.



Kịch bản của nhà giáo dục

Đây là sự thật:

1

Hầu hết mọi người không có triệu chứng viêm gan B.

2

Hầu hết mọi người đều mắc bệnh viêm gan B khi còn là trẻ sơ sinh hoặc trẻ nhỏ.

3

Có những phương pháp điều trị hiệu quả đối với bệnh viêm gan B có thể giúp bạn khỏe mạnh.



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Viêm gan B là một loại virus phức tạp và điều quan trọng là phải hiểu những quan niệm sai lầm phổ biến về nó.

1. Hầu hết mọi người không có triệu chứng viêm gan B. Xét nghiệm là cách duy nhất để biết bạn có bị nhiễm bệnh hay không.

2. Hầu hết mọi người đều mắc bệnh viêm gan B khi còn là trẻ sơ sinh hoặc trẻ nhỏ.

3. Hiện có những phương pháp điều trị viêm gan B hiệu quả có thể giúp con người khỏe mạnh và có thể giúp ngăn ngừa tổn thương gan và ung thư gan."

Tại sao mọi người nên xét nghiệm viêm gan B?

Viêm gan B có thể kiểm soát được và điều trị được.



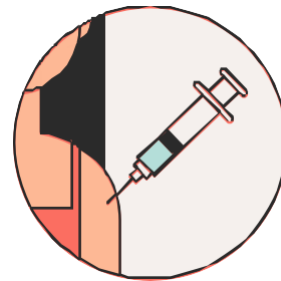
Nhiều người không có triệu chứng.

Đừng đợi cho đến khi bạn cảm thấy ốm.



Điều quan trọng là phải biết liệu bạn bị viêm gan B.

Đã có vắc xin an toàn và hiệu quả có thể bảo vệ người thân những cái đó.



Việc xét nghiệm ngay bây giờ có thể giúp bạn và gia đình được khỏe mạnh!

Kịch bản của nhà giáo dục

Tại sao mọi người nên xét nghiệm viêm gan B?

Viêm gan B có thể kiểm soát được và điều trị được.



Nhiều người không có triệu chứng.

Đừng đợi cho đến khi bạn cảm thấy ốm.



Điều quan trọng là phải biết liệu bạn bị viêm gan B.

Đã có vắc xin an toàn và hiệu quả có thể bảo vệ người thân những cái đó.



Việc xét nghiệm ngay bây giờ có thể giúp bạn và gia đình được khỏe mạnh!

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Vậy tại sao mọi người nên xét nghiệm viêm gan B?"

Viêm gan B có thể được kiểm soát bằng cách đến gặp bác sĩ và điều trị nếu cần.

Hầu hết những người bị nhiễm bệnh đều không có bất kỳ triệu chứng nào, vì vậy xét nghiệm là cách duy nhất để biết bạn có bị nhiễm bệnh hay không.

Nếu ai đó bị nhiễm bệnh, tin tốt là có vắc xin an toàn và hiệu quả có thể bảo vệ những người thân yêu.

Việc xét nghiệm ngay bây giờ có thể giúp bạn và gia đình được khỏe mạnh!"

Bây giờ bạn đã biết tầm quan trọng của việc xét nghiệm viêm gan B....

Hãy lên kế hoạch để được kiểm tra!



Hãy cam kết với gia đình và bạn bè.



Hãy hỏi trong lần khám bác sĩ tiếp theo của bạn.



Hãy tìm các sự kiện xét nghiệm viêm gan B miễn phí gần chỗ bạn



Nó có thể cứu mạng bạn.



Kịch bản của nhà giáo dục

Bây giờ bạn đã biết tầm quan trọng của việc xét nghiệm viêm gan B....

Hãy lên kế hoạch để được kiểm tra!



Hãy cam kết với gia đình và bạn bè.



Hãy hỏi trong lần khám bác sĩ tiếp theo của bạn.



Hãy tìm các sự kiện xét nghiệm viêm gan B miễn phí gần chỗ bạn.

 Nó có thể cứu mạng bạn. 

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Bây giờ bạn đã biết tầm quan trọng của việc xét nghiệm viêm gan B...hãy lên kế hoạch đi xét nghiệm!"

Bạn có thể:

- Hãy cam kết đi xét nghiệm vì bản thân, gia đình và bạn bè.
- Hãy tìm một sự kiện xét nghiệm viêm gan B miễn phí gần bạn.
- Hỏi về xét nghiệm trong lần khám bác sĩ tiếp theo.

Đừng ngại bảo vệ sức khỏe của bạn! Việc xét nghiệm có thể cứu mạng bạn."

Câu hỏi thảo luận

1. Một số điều bạn thấy ngạc nhiên về bệnh viêm gan B là gì?
2. Một số mối quan tâm hoặc thắc mắc của bạn về việc xét nghiệm viêm gan B là gì?
3. Sau khi xem phần trình bày này, khả năng bạn được xét nghiệm là bao nhiêu?

Kịch bản của nhà giáo dục

Câu hỏi thảo luận

1. Một số điều bạn thấy ngạc nhiên về bệnh viêm gan B là gì?
2. Một số mối quan tâm hoặc thắc mắc của bạn về việc xét nghiệm viêm gan B là gì?
3. Sau khi xem phần trình bày này, khả năng bạn được xét nghiệm là bao nhiêu?

Thành viên cộng đồng nhìn thấy

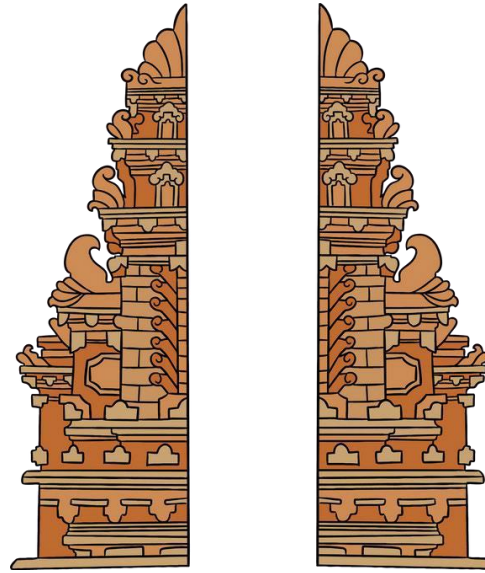
Nếu bạn cảm thấy thoải mái, vui lòng hỏi những câu hỏi sau nhằm mục đích thúc đẩy một cơ hội mở trò chuyện và khuyến khích thành viên cộng đồng hỏi bất kỳ câu hỏi nào còn lại.

"Kết thúc chương trình học của chúng ta ngày hôm nay. Tôi muốn hỏi bạn:

Một điều bạn thấy ngạc nhiên về bệnh viêm gan B là gì?

Một số mối quan tâm hoặc thắc mắc của bạn về việc xét nghiệm viêm gan B là gì?

Sau khi xem phần trình bày này, khả năng bạn được xét nghiệm là bao nhiêu?"

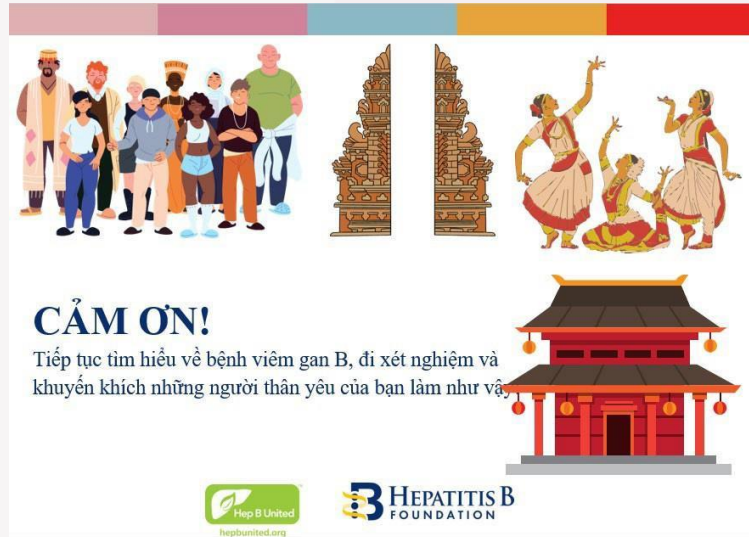


CẢM ƠN!

Tiếp tục tìm hiểu về bệnh viêm gan B, đi xét nghiệm và khuyến khích những người thân yêu của bạn làm như vậy!



Kịch bản của nhà giáo dục



Thành viên cộng đồng nhìn thấy

"Cảm ơn các bạn đã dành thời gian tìm hiểu về bệnh viêm gan B ngày hôm nay.

Vui lòng tham khảo các tờ thông tin từ CDC và Tổ chức Viêm gan B để biết thêm thông tin về bệnh viêm gan B và các nguồn lực để xác định địa điểm xét nghiệm.

(Đưa cho họ tờ thông tin và thẻ mang đi.)

Hãy nhớ sử dụng tôi như một nguồn thông tin về bệnh viêm gan B và hãy khuyến khích những người khác tìm hiểu thêm về bệnh viêm gan B và được xét nghiệm!"