



Translated: January 2026

Viêm gan B

- **Viêm gan B, còn gọi là 'hep B', là một loại vi-rút gây viêm (sưng) gan.**
- **Vi-rút viêm gan B chủ yếu lây truyền qua tiếp xúc máu với máu, nhưng cũng có thể lây truyền qua đường tình dục.**
- **Hiện đã có vắc-xin phòng viêm gan B.**

Viêm gan có nghĩa là gan bị viêm. Viêm gan có thể do các vi-rút như viêm gan A, B, C, D, E và G, rượu, một số hóa chất, hoặc thuốc gây ra.

Viêm gan là một loại vi-rút khác với [viêm gan A](#) và [viêm gan C](#).

Nếu quý vị bị viêm gan B và đang mang thai, em bé của quý vị có nguy cơ bị viêm gan B trong khi sinh hoặc ngay sau đó.

Hầu hết người lớn đều hồi phục hoàn toàn sau khi mắc viêm gan B và không thể bị lại.

Một số người lớn và trẻ em, và hầu hết trẻ sơ sinh bị viêm gan B, sẽ phát triển thành bệnh mãn tính (hoặc suốt đời). Những người bị viêm gan B mãn tính thường không cảm thấy triệu chứng nhưng sẽ có vi-rút trong máu trong nhiều năm. Người mắc viêm gan B mãn tính có thể phát triển các bệnh gan nghiêm trọng, bao gồm suy gan và ung thư gan, sau 20 năm hoặc hơn kể từ lần đầu tiên nhiễm viêm gan B. Người mắc viêm gan B mãn tính có thể truyền vi-rút cho người khác, ngay cả khi họ cảm thấy khỏe mạnh và không có bất kỳ triệu chứng nào.

Tại Úc, quý vị rất ít có khả năng bị nhiễm viêm gan B qua truyền máu hoặc ghép tạng.

Quý vị bị nhiễm viêm gan B bằng cách nào?

Vi-rút viêm gan B chủ yếu lây truyền qua tiếp xúc trực tiếp với máu và các sản phẩm máu bị nhiễm bệnh, nhưng quý vị cũng có thể nhiễm vi-rút này từ các dịch cơ thể khác bao gồm tinh dịch và dịch âm đạo.

Người mắc viêm gan B mãn tính có thể truyền bệnh, kể cả từ mẹ sang con.

Quý vị có thể mắc viêm gan B từ:

- quan hệ tình dục qua đường âm đạo, đường miệng hoặc đường hậu môn với người mắc viêm gan B nếu không sử dụng bao cao su hoặc màng chắn (một miếng cao su mỏng che vùng âm đạo hoặc hậu môn khi quan hệ tình dục qua đường miệng)
- dùng chung kim tiêm, ống tiêm và các dụng cụ tiêm chích ma túy khác với người mắc viêm gan B

- công việc của quý vị nếu có thể tiếp xúc với máu hoặc dịch cơ thể người
- [nghệ thuật cơ thể](#), như xăm mình hoặc xỏ khuyên/lỗ khi dụng cụ không được khử trùng
- dùng chung các vật dụng cá nhân có thể dính máu, chẳng hạn như dao cạo, bàn chải đánh răng và chỉ nha khoa.

Các dấu hiệu và triệu chứng là gì?

Khoảng một nửa số người lớn và hầu hết trẻ em mắc viêm gan B không có triệu chứng nào cả. Một số người cảm thấy khỏe mạnh trong vài tháng trước khi xuất hiện triệu chứng.

Các triệu chứng bao gồm:

- sốt
- mệt mỏi cực độ trong nhiều tuần hoặc nhiều tháng
- chán ăn
- buồn nôn (cảm thấy muốn ói) và nôn ói
- đau khớp
- mắt hoặc da chuyển sang màu vàng (vàng da).

Làm sao tôi biết mình bị viêm gan B?

Xét nghiệm máu có thể cho thấy quý vị đã từng bị nhiễm viêm gan B trong quá khứ, và liệu quý vị có bị nhiễm mãn tính hay không. Các xét nghiệm khác, chẳng hạn như xét nghiệm chức năng gan, có thể cho thấy gan có bị tổn thương hay không.

Hãy đến gặp bác sĩ càng sớm càng tốt nếu quý vị nghĩ mình có thể bị viêm gan B.

Viêm gan B được điều trị như thế nào?

Nếu quý vị tiếp xúc với người nhiễm viêm gan B, quý vị nên đến gặp bác sĩ ngay lập tức để xem có cần xét nghiệm hoặc tiêm phòng hay không.

Hiện nay đã có phương pháp điều trị viêm gan B mạn tính có thể làm chậm quá trình tổn thương gan và suy giảm chức năng gan. Người mắc viêm gan B mạn tính cần được bác sĩ gia đình theo dõi thường xuyên (mỗi 6-12 tháng) để phát hiện các dấu hiệu và triệu chứng của bệnh gan.

Nếu quý vị bị viêm gan B

Quý vị cần hợp tác với bác sĩ để chăm sóc sức khỏe của mình. Hãy chọn một bác sĩ mà quý vị cảm thấy thoải mái khi trò chuyện và có hiểu biết tốt về viêm gan B.

Điều quan trọng là không truyền viêm gan B cho người khác. Quý vị có thể làm điều này bằng cách:

- sử dụng bao cao su, chất bôi trơn gốc nước- và màng chắn khi quan hệ tình dục với bạn tình mới và với những người chưa có miễn dịch
- che kín tất cả các vết thương bằng băng chống thấm nước

- hết sức cẩn thận để không để máu hoặc dịch cơ thể của quý vị tiếp xúc với người khác
- không hiến máu, nội tạng hoặc mô
- luôn sử dụng kim tiêm và ống tiêm vô trùng, mới của riêng quý vị và nước vô trùng. Cũng nên sử dụng thìa, bông gòn, bộ lọc và dây garô của riêng quý vị.

Quý vị cần giảm thiểu nguy cơ bị nhiễm các bệnh gan khác, chẳng hạn như [viêm gan A](#) và [viêm gan C](#). Hãy hỏi bác sĩ về việc tiêm phòng viêm gan A.

Người bị viêm gan B cấp tính không nên uống rượu bia.

Những người mắc viêm gan B mãn tính nên hạn chế uống rượu theo [Hướng dẫn về Rượu Bia của Úc \(trang mạng bên ngoài\)](#) để giảm thiểu nguy cơ tổn thương gan do rượu bia.

Làm thế nào để phòng ngừa viêm gan B?

Có một số cách đơn giản khác để bảo vệ bản thân khỏi viêm gan B và các bệnh nhiễm trùng khác:

- **Thực hành tình dục an toàn.** Sử dụng bao cao su hoặc màng chắn và chất bôi trơn. Nguy cơ tăng lên theo số lượng bạn tình, quan hệ tình dục qua đường hậu môn và/hoặc quan hệ tình dục trong thời kỳ kinh nguyệt của phụ nữ.
- **Trước khi cân nhắc bất kỳ hình thức nghệ thuật cơ thể nào** (như xăm hình hoặc xỏ khuyên/lỗ), hãy đảm bảo người thực hiện chỉ sử dụng thiết bị đã được khử trùng, và dao cạo, mực và kim mới mỗi lần.
- **Không dùng chung các vật dụng vệ sinh cá nhân**, chẳng hạn như dao cạo, lược, bàn chải móng tay và bàn chải đánh răng.
- **Làm sạch và băng bó ngay lập tức bất kỳ vết cắt và trầy xước nào đang chảy máu.**
- **Đeo găng tay và sử dụng khăn giấy (hoặc khăn lau dùng một lần) khi lau sạch máu bị rút.** Rửa sạch chỗ bị rút máu bằng nước xà phòng, sau đó lau lại bằng thuốc tẩy gia dụng. Cho khăn giấy và găng tay vào túi ni lông trước khi vứt vào thùng rác.

Nhân viên y tế luôn phải tuân thủ các quy trình kiểm soát nhiễm trùng tại nơi làm việc.

Có vắc-xin phòng viêm gan B không?

Có, vắc-xin viêm gan B an toàn và hiệu quả, mang lại sự bảo vệ tốt nhất chống lại việc bị nhiễm viêm gan B.

Từ năm 2000, tất cả trẻ em sinh tại Úc đều đủ điều kiện được tiêm vắc-xin viêm gan B miễn phí khi mới sinh và các liều tiếp theo vào lúc 2, 4 và 6 tháng tuổi.

Bạn tình của người mắc viêm gan B mãn tính và những người sống chung với người mắc viêm gan B mãn tính nên được xét nghiệm viêm gan B. Nếu chưa có miễn dịch, họ nên được tiêm phòng.

Tiêm phòng viêm gan B được khuyến cáo cho người lớn:

- tiêm chích ma túy
- xăm hình hoặc xô khuyên/lỗ
- quan hệ tình dục không sử dụng biện pháp bảo vệ qua đường âm đạo, đường miệng hoặc đường hậu môn với bạn tình không quen biết
- là người làm nghề mại dâm
- là nam giới quan hệ tình dục đồng giới
- bị nhiễm [HIV](#) hoặc bất kỳ bệnh mãn tính nào khác làm suy yếu hệ miễn dịch
- bị bệnh gan mãn tính (bao gồm viêm gan [C](#) mãn tính)
- đang chạy thận nhân tạo hoặc chức năng thận bị suy giảm nghiêm trọng
- đang nhận một số sản phẩm máu (ví dụ: người bị rối loạn đông máu phải dùng các sản phẩm máu cô đặc, người cần truyền máu thường xuyên)
- đang được ghép nội tạng hoặc ghép tế bào máu gốc
- đến hoặc sống tại cơ sở chăm sóc nội trú dành cho người khuyết tật về phát triển
- đang là tù nhân của một cơ sở giam giữ (nhà tù)
- là người nhập cư từ một quốc gia mà viêm gan B rất phổ biến
- đi đến các quốc gia nơi viêm gan B rất phổ biến (hãy hỏi [bác sĩ gia đình](#) hoặc chuyên gia y tế du lịch)
- là Thổ dân hoặc Cư dân đảo Torres Strait
- làm việc trong ngành nghề khiến quý vị tiếp xúc với máu hoặc các dịch cơ thể khác
- là nhân viên y tế.

Trước khi tiêm phòng, bác sĩ gia đình hoặc nhân viên y tế có thể lấy mẫu máu để xét nghiệm xem quý vị đã có miễn dịch hay chưa.

Tại Tây Úc (WA), vắc xin viêm gan B được cung cấp miễn phí cho một số nhóm có nguy cơ cao - hãy hỏi nhà cung cấp dịch vụ tiêm chủng của quý vị.

Quý vị cũng có thể tham khảo:

- [Lịch tiêm chủng trẻ em WA](#)
- [Lịch tiêm chủng người lớn WA](#).

Đối với người tiêm chích ma túy

Nếu một người dùng dụng cụ tiêm chích mà người bị viêm gan B đã sử dụng, thì có nguy cơ là họ sẽ bị nhiễm viêm gan B. Điều này là do kim tiêm, ống tiêm hoặc các dụng cụ tiêm chích khác có thể có máu, ngay cả khi quý vị không nhìn thấy. Máu đó có thể mang virus viêm gan B.

Để tránh bị nhiễm viêm gan B, hãy luôn dùng kim mới mỗi lần tiêm ma túy.

Không bao giờ dùng chung kim tiêm và ống tiêm, ngay cả với bạn bè hoặc người thân. Ngoài ra, hãy sử dụng thìa, tấm bông, bộ lọc, nước vô trùng và dây garô của riêng quý vị.

Quý vị có thể lấy kim tiêm và ống tiêm mới từ các chương trình cung cấp kim tiêm và ống tiêm (NSP). Sử dụng bản đồ bên dưới để tìm NSP gần quý vị nhất. Hầu hết các hiệu thuốc đều bán bộ dụng cụ tiêm chích an toàn, nhưng cũng có rất nhiều nơi khác cung cấp kim tiêm và ống tiêm mới miễn phí.

Những người tiêm chích ma túy cũng có nguy cơ mắc [viêm gan C](#) hoặc [HIV](#) nếu họ dùng chung dụng cụ tiêm chích.

Điều quan trọng là phải rút kim tiêm và ống tiêm một cách cẩn thận. Tìm hiểu thêm về [cách rút kim tiêm và ống tiêm an toàn](#).

Thông tin đã được dịch về viêm gan B

- Truy cập [all good \(trang mạng bên ngoài\)](#).

Nơi để nhờ trợ giúp

- Gặp bác sĩ của quý vị.
- Gọi Đường dây Trợ giúp Viêm gan WA theo số (08) 9328 8538 cho người gọi từ thành phố hoặc 1800 800 070 cho người gọi từ vùng nông thôn.
- Gọi Đường dây Trợ giúp về Sức khỏe Tinh dục theo số (08) 9227 6178 cho người gọi từ khu vực đô thị hoặc 1800 198 205 cho người gọi từ vùng nông thôn).
- Gọi *healthdirect* theo số 1800 022 222.
- Gọi Phòng khám Tiêm chủng Trung tâm theo số (08) 9321 1312.
- [Liên hệ với Đơn vị Y tế Dân cư địa phương](#), y tá cộng đồng hoặc nhân viên y tế.

This document can be made available in alternative formats on request for a person with disability.

© Department of Health 2025

Copyright to this material is vested in the State of Western Australia unless otherwise indicated. Apart from any fair dealing for the purposes of private study, research, criticism or review, as permitted under the provisions of the Copyright Act 1968, no part may be reproduced or re-used for any purposes whatsoever without written permission of the State of Western Australia.

health.wa.gov.au

Classification: Official