Vietnamese / English

# Let's Talk About It...

**@ Hội đồng các Cộng đồng Sắc tộc Thiểu số bang Queensland (ECCQ)**

Tài liệu này được soạn thảo bởi Chương trình Viêm gan, HIV và Các bệnh Lây truyền qua đường Tình dục (STIs) thuộc ECCQ, tài trợ bởi Queensland Health. Xuất bản năm 2019. Hiệu đính năm 2021.

**© Ethnic Communities Council of Queensland (ECCQ)**

This resource was produced by ECCQ's Hepatitis, HIV and STI Program with funding from Queensland Health. Published 2019. Reviewed 2021.

**Lời cảm ơn**

ECCQ chân thành cảm ơn tới tất cả những cá nhân đã hỗ trợ để hoàn thành tài liệu này. Đặc biệt cảm ơn Bác sĩ David Siebert, thuộc bệnh viện Princess Alexandra và bệnh viện Logan đã góp ý để hoàn thiện tài liệu này

**Acknowledgements**

ECCQ thanks all the people who were involved in the development of this booklet. Special thanks to Dr David Siebert of Princess Alexandra Hospital and Logan Hospital for reviewing this resource.

# Nội dung

Phần 1: Viêm gan .....4

Phần 2: HIV.....34

Phần 3: Các bệnh Lây truyền qua đường Tình dục (STIs) .....46

Phần 4: Các câu hỏi thường gặp .....56

# Contents

Part 1: Hepatitis .....5

Part 2: HIV.....35

Part 3: Sexually Transmissible Infections (STIs) .....47

Part 4: Frequently asked questions .....57

# Hãy bàn về chuyện ấy...

Viêm gan, HIV (Vi rút Suy giảm Miễn dịch ở người) và Các bệnh Lây truyền qua đường Tình dục (STIs) là vấn đề sức khỏe ở nhiều nước, bao gồm nước Úc. Nhiều người đã sinh ra, đã sinh sống ở nước ngoài hoặc đã từng du lịch ra nước ngoài có thể có nguy cơ mắc các bệnh truyền nhiễm này cao hơn. Rất nhiều người mắc các bệnh truyền nhiễm này nhưng không có các triệu chứng, và có thể không biết rằng mình đã mắc bệnh. Tập tài liệu này cung cấp các thông tin về những bệnh truyền nhiễm đề cập trên và tầm quan trọng của việc xét nghiệm sớm và điều trị sớm nếu cần.

# Let's Talk About It...

Hepatitis, HIV (Human Immunodeficiency Virus) infection and STIs (Sexually Transmissible Infections) are health problems in many countries, including Australia. People who were born, have lived or travelled overseas may be at higher risk of getting some of these infections. Many people with these infections look and feel healthy and may not know that they have been infected. This booklet provides information about these infections and the importance of being tested early and getting treatment if necessary.

# Viêm gan

# Hepatitis

## Viêm gan

### Viêm gan là gì?

Viêm gan là bệnh gan rất phổ biến, có nghĩa là gan bị viêm (sưng). Gan là cơ quan nội tạng lớn nhất trong cơ thể, và có nhiều chức năng. Ví dụ, gan lọc máu để thải trừ độc tố; dự trữ vitamin; giúp tiêu hóa và chuyển hóa thức ăn thành chất dinh dưỡng. Viêm gan có thể gây ra bởi:

- Siêu vi
- Uống quá nhiều bia rượu
- Một số loại thuốc hay hóa chất
- Một số bệnh khác như gan nhiễm mỡ

**Bệnh viêm gan siêu vi** gây ra bởi các siêu vi viêm gan. Đây là dạng viêm gan phổ biến nhất trên thế giới và có thể lây truyền từ người này sang người khác. Có năm loại viêm gan siêu vi chính: **viêm gan siêu vi A**, **viêm gan siêu vi B, viêm gan siêu vi C,** viêm gan siêu vi D và viêm gan siêu vi E. Trong đó viêm gan siêu vi A, B và C là phổ biến nhất. Các viêm gan siêu vi này do các loại siêu vi viêm gan khác nhau gây ra và có đường lây truyền, xét nghiệm, điều trị và cách phòng ngừa khác nhau. Tập tài liệu này cung cấp thông tin chi tiết về ba bệnh viêm gan siêu vi phổ biến nhất kể trên.

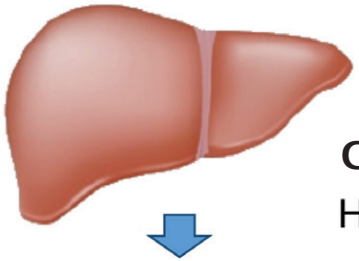
# Hepatitis

## What is Hepatitis?

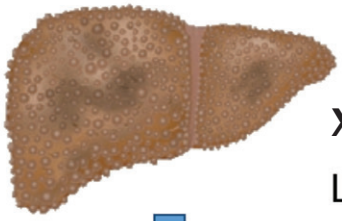
Hepatitis means inflammation (swelling) of the liver and is a very common liver disease. The liver is the largest organ inside the body and has many functions. For example, it cleanses toxins and chemicals from the blood; stores vitamins; helps digestion and processes food into nutrients. Hepatitis can be caused by:

- Viruses
- Too much alcohol
- Some drugs/chemicals
- Other diseases and conditions such as fatty liver

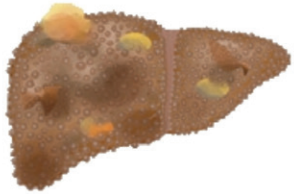
Hepatitis caused by viruses is called **viral hepatitis.** It is the most common form of hepatitis in the world and can spread from person to person. There are five main types of viral hepatitis: **hepatitis A, hepatitis B, hepatitis C,** hepatitis D and hepatitis E, the first three are the most common.They are caused by different viruses and have different transmission routes, tests, treatment and prevention methods. This booklet provides detailed information about the three most common viral hepatitis.



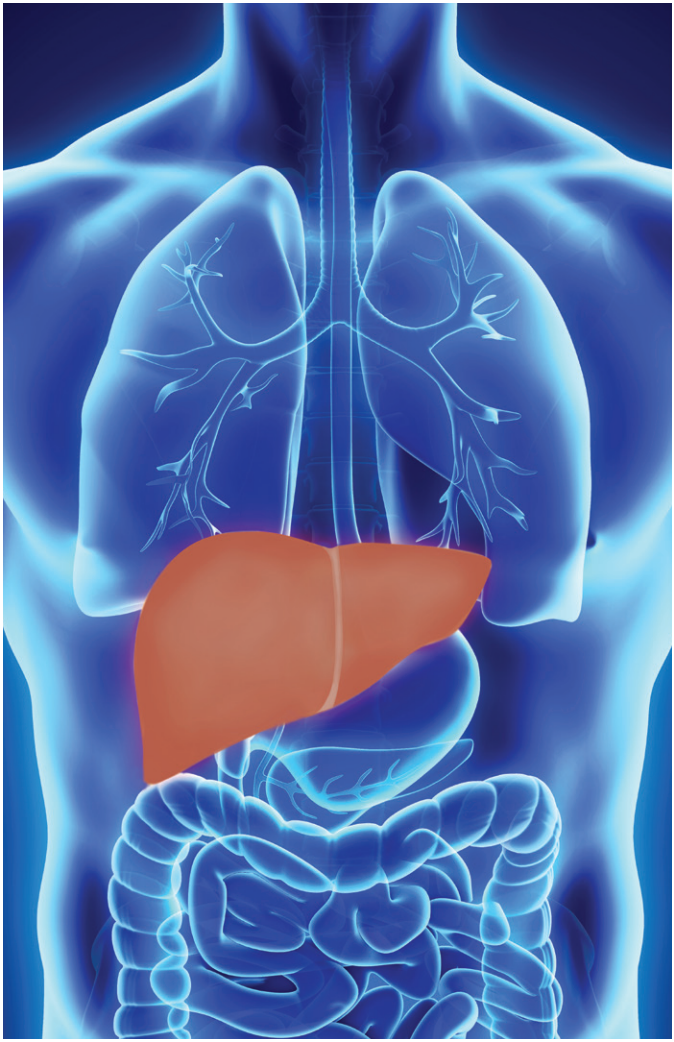
**Gan khỏe**
Healthy liver



**Xơ gan**
Liver cirrhosis



**Ung thư gan**
Liver cancer



# Sự khác biệt giữa ba viêm gan siêu vi phổ biến nhất A, B và C

| | Viêm gan siêu vi A | Viêm gan siêu vi B | Viêm gan siêu vi C |
|---|---|---|---|
| **Nguyên nhân do** | Siêu vi viêm gan A | Siêu vi viêm gan B | Siêu vi viêm gan C |
| **Đường lây truyền** | Đường phân-miệng | • Mẹ-sang-con lúc sinh<br>• Tiếp xúc máu<br>• Quan hệ tình dục | • Tiếp xúc máu<br>• Mẹ-sang-con lúc sinh: rất thấp |
| **Nhiễm cấp tính (dưới 6 tháng)** | Có | Có | Có |
| **Nhiễm mạn tính (trên 6 tháng)** | Không | Có | Có |
| **Khả năng tiến triển thành mạn tính** | – | • 80-90% nếu nhiễm bệnh lúc sơ sinh<br>• 30% nếu nhiễm bệnh lúc trẻ nhỏ<br>• Dưới 5% nếu nhiễm lúc trưởng thành | 75% cho dù nhiễm bệnh ở bất kỳ lứa tuổi nào |
| **Khả năng tiến triển thành xơ gan, ung thư gan nếu không can thiệp** | – | 25% | 20-30% |
| **Chẩn đoán dựa vào** | Xét nghiệm máu viêm gan siêu vi A | Xét nghiệm máu viêm gan siêu vi B | Xét nghiệm máu viêm gan siêu vi C |
| **Điều trị** | Không | Có- Chỉ một số người bệnh cần điều trị, thường suốt đời | Có- Mọi người mắc bệnh cần điều trị, uống thuốc từ 8-12 tuần |
| **Chữa khỏi bệnh** | Hầu hết tự khỏi bệnh | Không | Có- trên 95% |
| **Khám bệnh định kỳ** | Không | Có- Đối với mọi người mắc viêm gan siêu vi B mạn tính dù có được điều trị hay không | Có- Đối với người mắc viêm gan siêu vi C mạn tính đã không được điều trị hoặc đã được chẩn đoán xơ gan |
| **Phòng bệnh** | Tiêm vắc-xin | Tiêm vắc-xin | Không có vắc-xin. Tránh tiếp xúc máu |
| **Tái nhiễm** | Không | Không | Có |
| **Cho con bú sữa mẹ** | Được | Được | Được- chỉ khi không uống thuốc điều trị |

# The differences between the three most common viral hepatitis

| | Hepatitis A (HAV) | Hepatitis B (HBV) | Hepatitis C (HCV) |
|---|---|---|---|
| **Cause** | Hepatitis A virus | Hepatitis B virus | Hepatitis C virus |
| **Transmission** | Faecal – oral route (poo - mouth) | • Mother to baby at birth<br>• Blood contact<br>• Sexual contact | • Blood contact<br>• mother to baby at birth- very low |
| **Acute infection** (<6 months) | Yes | Yes | Yes |
| **Chronic infection** (>6months) | No | Yes | Yes |
| **Chance of developing a chronic infection** | – | • 80-90% if infected as an infant<br>• 30% if infected as a child<br>• Less than 5% if infected as an adult | 75% infected at any age |
| **Chance of developing liver cirrhosis/ cancer without intervention** | – | 25% | 20-30% |
| **Diagnosis** | Hepatitis A blood test | Hepatitis B blood test | Hepatitis C blood test |
| **Medication** | No | Yes – Only some people need, usually lifelong | Yes – All people need, 8-12 weeks treatment |
| **Cure** | Most recover naturally | No | Yes – over 95% |
| **Regular check-ups** | No | Yes – All people with chronic hepatitis B, with or without treatment | Yes – people with chronic hepatitis C who have not had treatment or have been diagnosed with liver cirrhosis |
| **Prevention** | Vaccine | Vaccine | No vaccine – avoid blood |
| **Re-infection** | No | No | Yes |
| **Breast feeding** | Yes | Yes | Yes – but not when on treatment |

# Viêm gan siêu vi A

Viêm gan siêu vi A do siêu vi viêm gan A (HAV) gây ra. Bệnh không phổ biến ở Úc nhưng rất phổ biến ở nhiều nước khác. Viêm gan siêu vi A là bệnh truyền nhiễm có tính ngắn hạn và không gây tổn thương gan về lâu dài. Nếu đã mắc viêm gan siêu vi A một lần, sẽ có miễn dịch (được bảo vệ) suốt đời và sẽ không mắc lại bệnh này nữa.

## Viêm gan siêu vi A lây truyền như thế nào?

Siêu vi viêm gan A tìm thấy trong phân người. Siêu vi viêm gan A lây truyền qua **thức ăn hoặc đồ uống** nhiễm phân người bệnh. Cách thức lây truyền này dễ xảy ra ở những quốc gia mà thực phẩm và nước uống không an toàn và dễ dàng bị nhiễm các mầm bệnh như siêu vi viêm gan A.

Cách thức lây truyền này cũng có thể xảy ra nếu người bệnh không vệ sinh sạch sẽ như không rửa tay sạch sau khi đi vệ sinh rồi lại chuẩn bị thức ăn và đồ uống. Thỉnh thoảng ở Úc cũng có người nhiễm viêm gan siêu vi A do ăn thực phẩm nhiễm mầm bệnh nhập khẩu từ nước ngoài, hoặc qua tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh vừa đi du lịch từ nước ngoài về.

## Các triệu chứng của viêm gan siêu vi A là gì?

Người mắc viêm gan siêu vi A thường không có bất kỳ triệu chứng, đặc biệt ở trẻ em. Tuy nhiên một số người có các triệu chứng như:

- Sốt
- Mệt mỏi
- Chán ăn (không có cảm giác đói bụng)
- Buồn nôn (mửa)
- Nôn (mửa)
- Đau vùng bụng
- Nước tiểu (đái) sậm màu
- Phân bạc màu
- Đau nhức khớp
- Vàng mắt, vàng da

## Làm thế nào để biết mình có mắc viêm gan siêu vi A hay không?

Cách duy nhất để biết mình có mắc phải viêm gan siêu vi A hay không là **lấy máu làm xét nghiệm đặc hiệu viêm gan siêu vi A.** Mọi bác sĩ gia đình (GP là bác sĩ ở tuyến đầu điều trị cho bệnh nhân) đều có thể chỉ định làm xét nghiệm này.

## Có phải quý vị được làm xét nghiệm viêm gan siêu vi A trước khi đến Úc hay không?

Quý vị không được yêu cầu làm xét nghiệm viêm gan siêu vi A trước khi đến Úc.

## Hepatitis A

Hepatitis A is caused by the hepatitis A virus (HAV). It is not common in Australia but is very common in many other countries. Hepatitis A is only a short-term infection, and does not cause long-term liver damage. If people have had hepatitis A once, they will be immune (protected) for life, and will not get it again.

### How do people get hepatitis A?

The hepatitis A virus is found in faeces (poo). It is spread through **food or drink** that is contaminated with faeces from an infected person. This is more likely to happen in countries where food and water is not safe and can easily be infected by germs such as the hepatitis A virus. It can also happen if infected people have poor hygiene, such as not washing their hands after going to the toilet, they may then pass the virus to the food or drink they prepare. Sometimes people in Australia can get hepatitis A from eating infected food brought in from overseas, or through close contact with an infected person who recently traveled overseas.

### What are the symptoms of hepatitis A?

People with hepatitis A do not usually have any symptoms, especially children. But some people may have symptoms such as:

- Fever
- Fatigue (feeling tired)
- Loss of appetite (not feeling hungry)
- Nausea (feeling like you want to vomit)
- Vomiting
- Abdominal pain
- Dark-coloured urine
- Grey-coloured stools (poo)
- Joint pain
- Jaundice (yellow skin, yellow eyes)

### How do people know if they have hepatitis A?

The only way for people to know if they have hepatitis A is to have a specific **blood test for hepatitis A.** All General Practitioners (GPs - medical doctors who are the first contact for all daily health matters) can order the test.

### Are people tested for hepatitis A before they come to Australia?

People are not required to have a test for hepatitis A before coming to Australia.

### Ảnh hưởng của viêm gan siêu vi A đến sức khỏe như thế nào?

Một số người có thể cảm thấy không khỏe khi mắc viêm gan siêu vi A. Viêm gan siêu vi A không gây tổn thương đến gan về lâu dài. Tử vong do viêm gan siêu vi A là rất hiếm.

### Có điều trị đặc hiệu cho viêm gan siêu vi A hay không?

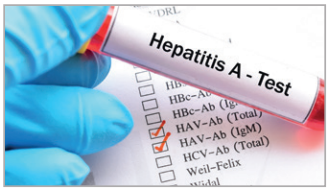
Không có điều trị đặc hiệu cho viêm gan siêu vi A. Hầu hết người mắc viêm gan siêu vi A cần phải:

- Nghỉ ngơi
- Uống nhiều nước
- Tránh hút thuốc lá
- Tránh uống bia rượu

Một số người mắc viêm gan siêu vi A có thể có các triệu chứng rất nặng và có thể cần phải được điều trị các triệu chứng này.

## Làm thế nào để bảo vệ mình khỏi mắc viêm gan siêu vi A?

Có **vắc-xin** dự phòng viêm gan siêu vi A. Tiêm vắc-xin là cách tốt nhất để phòng ngừa viêm gan siêu vi A. Vắc-xin phòng ngừa viêm gan siêu vi A bao gồm 2 mũi tiêm. Quý vị có thể tiêm vắc-xin viêm gan siêu vi A tại phòng khám bác sĩ gia đình và hầu hết người được tiêm phải trả tiền.



Nếu quý vị đã tiêm vắc-xin viêm gan siêu vi A hoặc đã mắc viêm gan siêu vi A trong quá khứ, thì quý vị đã có miễn dịch (được bảo vệ) chống lại siêu vi viêm gan A và không cần phải tiêm vắc-xin viêm gan siêu vi A nữa.

Ngoài ra để giảm thiểu nguy cơ lây truyền, quý vị nên thực hiện vệ sinh bằng cách **luôn** rửa tay sạch sau khi đi vệ sinh và trước khi chuẩn bị thức ăn. Uống nước nấu sôi hoặc nước đóng chai và ăn thức ăn nấu chín khi đi du lịch ở các nước mà thức ăn và nước uống nơi đó không an toàn.

## Viêm gan siêu vi B

Viêm gan siêu vi B gây ra bởi siêu vi viêm gan B (HBV), và là vấn đề sức khỏe nghiêm trọng ở những người sinh ra tại các quốc gia có bệnh viêm gan siêu vi B phổ biến, như là các nước **Á châu, các đảo quốc ở Thái Bình Dương, Phi châu, Trung Đông và một số vùng thuộc Nam Mỹ.** Nhiều người có thể đã mắc viêm gan siêu vi B trước khi di dân đến Úc mà không hề biết.

### How does hepatitis A affect people?

Some people may feel unwell if they have hepatitis A, but it does not cause long-term damage to the liver, and deaths caused by hepatitis A are very rare.

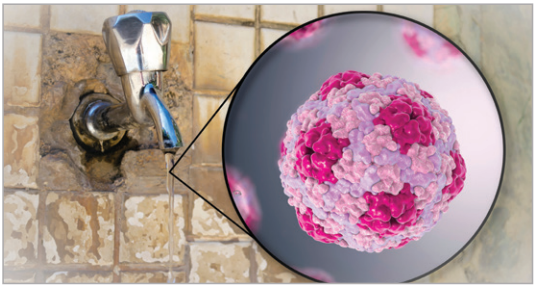
### Is there treatment for hepatitis A?

There is no specific treatment for hepatitis A.

Most people with hepatitis A need to:

- Rest
- Drink plenty of water
- Avoid smoking
- Avoid drinking alcohol

Some people may feel very sick when they have hepatitis A and may require treatment for their symptoms.



### How can people protect themselves from hepatitis A?

There is a **vaccine** for hepatitis A. Vaccination is the best way to prevent hepatitis A. The hepatitis A vaccine involves 2 injections. People can get the vaccine from their GP and most people need to pay for it.

If a person has already been vaccinated for hepatitis A, or had hepatitis A in the past, they already have immunity (protection) and do not need the hepatitis A vaccine again.

You can also reduce the risk by having good hygiene including **always** washing your hands after going to the toilet and before preparing food; drinking boiled or bottled water and eating cooked food while travelling in countries where water and food may be unsafe.

## Hepatitis B

Hepatitis B is caused by the hepatitis B virus (HBV), and it is a major health problem among people who were born in areas where hepatitis B is common, such as **Asia, the Pacific Islands, Africa, the Middle East and parts of South America.** Many people coming to Australia may have been infected with hepatitis B in their home country without knowing it.

**Viêm gan siêu vi B cấp tính (có tính ngắn hạn):** là khi một người nhiễm siêu vi viêm gan B kéo dài **dưới** sáu tháng. Viêm gan siêu vi B có thể là cấp tính hoặc mạn tính.

Một số người (hầu hết là người trưởng thành) mắc viêm gan siêu vi B cấp tính có thể loại trừ hoàn toàn siêu vi này ra khỏi cơ thể một cách tự nhiên trong vòng sáu tháng. Điều này nghĩa là họ đã khỏi bệnh hoàn toàn và không mắc lại viêm gan siêu vi B nữa. Họ cũng không cần tiêm văc-xin phòng bệnh viêm gan siêu vi B.

**Viêm gan siêu vi B mạn tính (có tính dài hạn):** là khi một người nhiễm siêu vi viêm gan B cấp tính không thể loại trừ hoàn toàn siêu vi này ra khỏi cơ thể một cách tự nhiên và tình trạng nhiễm siêu vi này kéo dài **trên** 6 tháng. **Người mắc viêm gan siêu vi B mạn tính thường mắc bệnh kéo dài cả đời**.Tỷ lệ tiến triển thành viêm gan siêu vi B mạn tính phụ thuộc vào độ tuổi khi lần đầu tiên nhiễm siêu vi viêm gan B: khoảng 80-90% trẻ sơ sinh, 30% trẻ nhỏ và dưới 5% người trưởng thành nhiễm siêu vi viêm gan B sẽ tiến triển thành viêm gan siêu vi B mạn tính.

Do vậy **trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ nhiễm siêu vi viêm gan B thì có khả năng cao hơn sẽ tiến triển thành viêm gan siêu vi B mạn tính.**

Người mắc viêm gan siêu vi B cấp tính hay mạn tính đều có thể lây truyền bệnh sang người khác.

## Viêm gan siêu vi B lây truyền như thế nào?

Viêm gan siêu vi B có thể lây truyền qua:

- Lây truyền **từ mẹ-sang-con**: phụ nữ có thai mắc viêm gan siêu vi B có thể lây truyền siêu vi viêm gan B cho em bé khi sinh. Đây là cách lây truyền phổ biến nhất ở nhiều nước.
- Lây truyền **qua máu**: có nhiều cách có thể mắc viêm gan siêu vi B nếu tiếp xúc với máu nhiễm siêu vi viêm gan B, thậm chí một lượng máu rất nhỏ. Một số ví dụ:
  - Sử dụng thiết bị y tế hoặc các dụng cụ không được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn. Tiệt trùng là quy trình tiêu diệt hoàn toàn các siêu vi và vi khuẩn. Ở một số nước, các dụng cụ y tế như kim tiêm và ống chích có thể không được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn sau khi sử dụng. Do vậy, siêu vi viêm gan B có thể lây truyền từ người này sang người khác khi sử dụng lại các dụng cụ y tế này. Ở Úc, vấn đề này an toàn hơn nhiều vì phải tuân thủ các quy định kiểm soát nhiễm khuẩn nghiêm ngặt.
  - Dùng chung các dụng cụ cá nhân có thể dính máu như là dao cạo râu, bàn chải đánh răng.
  - Xỏ khuyên hoặc xăm (nếu các dụng cụ không được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn).
  - Các tập tục văn hóa và thủ thuật y học cổ truyền như châm cứu, giác lê (nếu các dụng cụ không được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn).
  - Lây truyền từ trẻ-sang-trẻ và và giữa các thành viên gia đình thân cận với nhau, thường qua tiếp xúc các vết thương, vết rách da, lở loét.

**Acute hepatitis B (short-term):** when a person is infected with the hepatitis B virus and the infection lasts **less** than 6 months. Hepatitis B can be an acute or chronic infection. Some people (most adults) with acute hepatitis B can clear the virus naturally from their body within six months. This means they are cured and will not get hepatitis B again, and also do not need the hepatitis B vaccine.

**Chronic hepatitis B (long-term):** when a person with acute hepatitis B cannot clear the virus naturally and the infection lasts **longer** than 6 months. **People with chronic hepatitis B usually have it for life.**

The chance of developing chronic hepatitis B depends on the age when first infected by the virus: about 80-90% of infants, 30% of children and less than 5% of adults infected with the hepatitis B virus will develop chronic hepatitis B. Thus, **babies and children who are infected are more likely to develop chronic hepatitis B.**

Both people with either acute or chronic hepatitis B can infect others.

## How do people get hepatitis B?

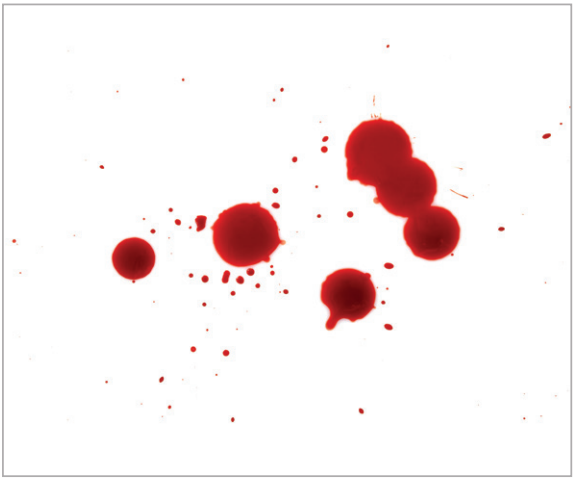
People can get hepatitis B through:

- **Mother-to-baby** transmission – a pregnant woman with hepatitis B can pass the hepatitis B virus to her baby during birth. In many countries, this is the most common way to get hepatitis B.
- **Blood** transmission – there are many ways people can get hepatitis B through contact with infected blood, even a very small amount. For example:
  - The use of unsterile medical or non-medical equipment. Sterilisation is a process to kill viruses. In some countries equipment such as needles and syringes may not be sterilised properly after use. Therefore, viruses can be spread to another person when the same equipment is used again. In Australia, it is safer due to strict infection controls.
  - Sharing personal care items that may have blood on them, for example, razors and toothbrushes.
  - Body or ear piercing, tattooing and other cosmetic procedures (if the equipment or tools used are not sterilised properly).
  - Cultural practices and traditional treatments that involve cutting or piercing the skin (if the equipment or tools used are not sterilised).

  - Được truyền máu và các sản phẩm của máu ở các nước không có xét nghiệm sàng lọc viêm gan siêu vi B đối với máu và các sản phẩm của máu được truyền. Ở Úc, tất cả máu và các sản phẩm của máu được xét nghiệm cẩn thận để chắc chắn an toàn.
  - Dùng chung các dụng cụ tiêm chích như kim tiêm, ống chích.
- Lây truyền **qua quan hệ tình dục**: siêu vi viêm gan B có thể lây truyền qua quan hệ tình dục. Tuy nhiên, tỷ lệ của một người trưởng thành tiến triển thành viêm gan siêu vi B mạn tính rất thấp, dưới 5%.

Viêm gan siêu vi B **không lây truyền** qua các cách thức sau:

- Chia sẻ thức ăn và nước uống
- Dùng chung dao nĩa, chén bát, ly tách, đũa…
- Bắt tay nhau
- Ôm nhau
- Hôn nhau
- Ho
- Hắt hơi
- Sử dụng toi-lét hay hồ bơi công cộng
- Bú sữa mẹ
- Muỗi cắn



  - Child-to-child and close family contact, normally through contact with open sores, cuts or wounds.
  - Blood transfusion or blood products, in countries where blood and blood products are not tested for the hepatitis B virus. In Australia, all blood and blood products are carefully tested to make sure they are safe.
  - Sharing injecting drug equipment.
- **Sexual** transmission - hepatitis B can also be passed on through sex. However, the chance of an adult developing chronic Hepatitis B is very low (less than 5%).

People **cannot get** hepatitis B through the following ways:

- Sharing food and drinks
- Sharing cutlery, plates, cups, chopsticks, bowls etc.
- Shaking hands
- Hugging
- Kissing
- Coughing
- Sneezing
- Using public toilets or swimming pools
- Breastfeeding
- Mosquito bites

## Các triệu chứng bệnh của viêm gan siêu vi B là gì?

Ở Úc khoảng 30% người mắc viêm gan siêu vi B không hề biết mình mắc bệnh vì rất nhiều người mắc không có triệu chứng. Một số người mắc viêm gan siêu vi B có một hay nhiều triệu chứng tương tự như viêm gan siêu vi A (vui lòng xem trang 10).

## Làm thế nào để biết mình có mắc viêm gan siêu vi B hay không?

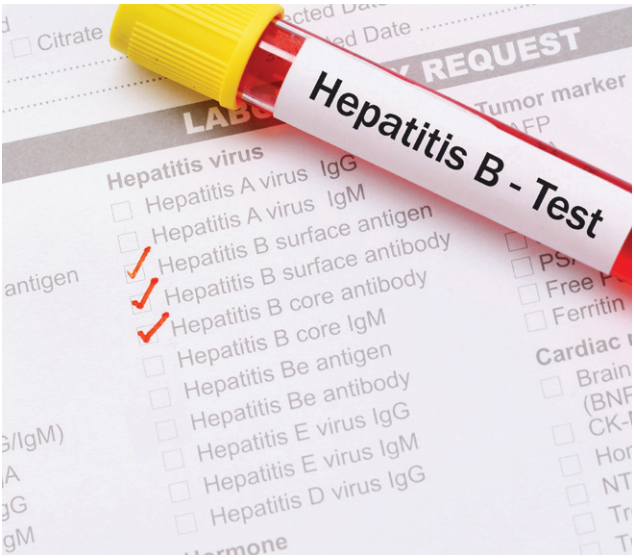
Cách duy nhất để biết mình có mắc viêm gan siêu vi B hay không là làm **xét nghiệm máu đặc hiệu viêm gan siêu vi B** (xét nghiệm này khác với xét nghiệm máu tổng quát). Mọi bác sĩ gia đình đều có thể chỉ định làm xét nghiệm này, xét nghiệm nên bao **gồm kháng nguyên bề mặt siêu vi viêm gan B (HBsAg), kháng thể bề mặt siêu vi viêm gan B (HBsAb), và kháng thể lõi siêu vi viêm gan B (HBcAb).**

## What are the symptoms of hepatitis B?

In Australia around 30% of people with hepatitis B do not know they have it because many people with hepatitis B do not have any symptoms. Some people may experience one or more of the symptoms similar to Hepatitis A (please refer to page 15).

## How do people know if they have hepatitis B?

The only way for people to know if they have hepatitis B is to have a specific **blood test for hepatitis B** (it is different from common blood tests). All GPs can order the test, and it should include tests for **hepatitis B surface antigen (HBsAg), hepatitis B surface antibody (HBsAb), and hepatitis B core antibody (HBcAb).**



Bảng bên dưới giúp hiểu hơn về kết quả xét nghiệm

| Tôi có mắc viêm gan siêu vi B không? | Kết quả xét nghiệm | | Diễn giải kết quả xét nghiệm | Cần phải làm gì kế tiếp |
|---|---|---|---|---|
| Không | HBsAg | Âm tính (–) | **Không được bảo vệ** | Cân nhắc tiêm vắc xin dự phòng viêm gan siêu vi B để được bảo vệ |
| | HBsAb | Âm tính (–) hoặc<10 IU/L | | |
| | HBcAb | Âm tính (–) | | |
| | HBsAg | Âm tính (–) | **Được bảo vệ** do đã tiêm vắc xin dự phòng viêm gan siêu vi B (đã miễn nhiễm) | Không cần |
| | HBsAb | Positive (or >10 IU/L) ( + ) | | |
| | HBcAb | Âm tính (–) | | |
| | HBsAg | Âm tính (–) | **Được bảo vệ** vì đã mắc viêm gan siêu vi B trong quá khứ và tự khỏi bệnh (đã miễn nhiễm) | Không cần |
| | HBsAb | Dương tính (+) hoặc >10 IU/L | | |
| | HBcAb | Dương tính | | |
| Có | HBsAg | Dương tính (+) | **Mắc viêm gan siêu vi B** | **Làm thêm các xét nghiệm. Nếu mạn tính:**<br>**– Khám bệnh định kỳ suốt đời**<br>**– Uống thuốc điều trị nếu cần** |
| | HBsAb | Âm tính (–) hoặc<10 IU/L | | |
| | HBcAb | Dương tính (+) | | |

HBsAg là kháng nguyên bề mặt siêu vi viêm gan B (cũng được viết là HepBsAg). Nếu HBsAg dương tính, điều này có nghĩa quý vị mắc viêm gan siêu vi B.

HBsAb là kháng thể bề mặt siêu vi viêm gan B (cũng được viết là HepBsAb hay anti-HBs). Nếu HBsAb dương tính, điều này có nghĩa quý vị đã có miễn dịch với viêm gan siêu vi B, tức đã được bảo vệ khỏi mắc viêm gan siêu vi B.

The table below can help people understand their results.

| Do I have hepatitis B? | Test results | | What is my status? | What to do next? |
|---|---|---|---|---|
| No | HBsAg | Negative ( - ) | **Not protected** | Consider a hepatitis B vaccination to get protected |
| | HBsAb | Negative (or <10 IU/L) ( - ) | | |
| | HBcAb | Negative ( - ) | | |
| | HBsAg | Negative ( - ) | **Protected** because of hepatitis B vaccination (immune) | Nothing |
| | HBsAb | Positive (or >10 IU/L) ( + ) | | |
| | HBcAb | Negative ( - ) | | |
| | HBsAg | Negative ( - ) | **Protected** because of past hepatitis B infection and cured naturally (immune) | Nothing |
| | HBsAb | Positive (or >10 IU/L) ( + ) | | |
| | HBcAb | Positive ( + ) | | |
| Yes | HBsAg | Positive ( + ) | **Hepatitis B** | **Further tests. If chronic: -Lifelong regular check-ups -Treatment if required** |
| | HBsAb | Negative (or <10 IU/L) ( - ) | | |
| | HBcAb | Positive ( + ) | | |

HBsAg means Hepatitis B Surface Antigen (also written as HepBsAg). If it is positive, it means you have hepatitis B.

HBsAb means Hepatitis B Surface Antibody (also written as HepBsAb or anti-HBs). If it is positive, it means you are immune to or protected against hepatitis B.

HBcAb là kháng thể lõi siêu vi viêm gan B (cũng được viết là HepBcAb hay anti-HBc). Nếu HBcAb dương tính, điều này có nghĩa quý vị đã mắc viêm gan siêu vi trong quá khứ hoặc hiện tại quý vị cũng đang mắc viêm gan siêu vi B.

**Nếu quý vị mắc viêm gan siêu vi B, các thành viên gia đình, bạn tình và người gần gũi của quý vị cũng nên làm xét nghiệm.**

**Có phải quý vị được làm xét nghiệm viêm gan siêu vi B trước khi đến Úc?**

Hầu hết mọi người không được yêu cầu làm xét nghiệm viêm gan siêu vi B, trừ một số nhóm sau:

Nhóm nộp đơn permanent visa, provisional visa và:

- Tuổi từ 15 trở lên và dự định làm việc hay học tập để trở thành bác sĩ, nha sĩ, y tá hay nhân viên cứu thương (paramedic)
- Tuổi từ 15 trở lên và nộp đơn cho onshore protection visa
- Đang mang thai và có kế hoạch sinh con ở Úc
- Là trẻ em được nhận làm con nuôi hay trẻ em được chăm sóc tại các trung tâm phúc lợi thuộc chính phủ tại các bang hay các vùng lãnh thổ.

Nhóm nộp đơn temporary visa và:

- Dự định làm việc hay học để trở thành bác sĩ, nha sĩ, y tá hay nhân viên cứu thương (paramedic)
- Đang mang thai và dự định sinh em bé ở Úc

Quý vị có thể tìm các thông tin cập nhật và chi tiết tại https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

Nếu không thuộc các nhóm kể trên, quý vị nên cân nhắc làm xét nghiệm viêm gan siêu vi B sau khi đến Úc.

**Ảnh hưởng của viêm gan siêu vi B đến sức khỏe**?

Khoảng 1 phần 4 số người (25%) mắc viêm gan siêu vi B mạn tính có thể sẽ tiến triển thành bệnh gan **nghiêm trọng**, bao gồm suy gan (gan ngưng làm việc), xơ gan (hình thành các mô sẹo trong gan), hoặc ung thư gan. Các tiến triển này có thể được ngăn chặn nếu quý vị được theo dõi bệnh định kỳ và được điều trị nếu cần.

HBcAb means Hepatitis B Core (Total) Antibody (also written as HepBcAb or anti-HBc). If it is positive, it means you had hepatitis B in the past or currently have hepatitis B.

**If you have hepatitis B, your family members, sexual and household contacts should also get tested.**

## Are people tested for hepatitis B before they come to Australia?

Most people are not required to be tested for hepatitis B. Only the following groups are required to get tested:

### Permanent and provisional visa applicants who:

- are aged 15 or over and intend to work as or study to be a doctor, dentist, nurse or paramedic
- are aged 15 or over and apply for an onshore protection type visa
- are pregnant and plan to have the baby in Australia
- are a child for adoption or a child in the care of an Australian state or territory government welfare authority

### Temporary visa applicants who:

- intend to work as or study to be a doctor, dentist, nurse or paramedic
- are pregnant and intend to have the baby in Australia

You can find updated and detailed information at https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

People should consider having a hepatitis B test after arriving in Australia if they are not part of the above groups.

## How does hepatitis B affect people?

About 1 in 4 (25%) people with chronic hepatitis B can develop **serious** liver disease, including liver failure (the liver stops working), liver cirrhosis (scarring of the liver), or liver cancer. These can be largely prevented if people have regular checkups and take treatment if required.

## Có liệu pháp điều trị viêm gan siêu vi B không?

**Có.** Liệu pháp điều trị **viêm gan siêu vi B mạn tính** làm giảm tải lượng siêu vi viêm gan B trong cơ thể, và giúp ngăn chặn tổn thương gan, xơ gan và ung thư gan. Tuy nhiên viêm gan siêu vi B không thể chữa khỏi hẳn.

**Hiện nay, hầu hết bệnh nhân nếu đang bắt đầu hay đã uống thuốc điều trị, họ cần phải tiếp tục uống thuốc mỗi ngày đến suốt đời.** Không phải mọi người mắc viêm gan siêu vi B mạn tính đều cần uống thuốc điều trị nhưng **tất cả cần được bác sĩ theo dõi định kỳ đến suốt đời** (vui lòng xem cuốn Viêm Gan B và Sức Khỏe để biết thêm chi tiết).

Viêm gan siêu vi B mạn tính có thể bùng phát và gây tổn thương gan bất cứ lúc nào nhưng người bệnh không biết. Một số người mắc viêm gan siêu vi B trong nhiều năm có thể không có tổn thương gan, nhưng ở một số người khác tổn thương gan có thể tiến triển nhanh chóng.

Khám sức khỏe định kỳ là cách duy nhất để phát hiện bất cứ các tổn thương gan đã hoặc đang xảy ra, và để đánh giá việc uống thuốc điều trị có cần thiết hay không. Điều này giúp ngăn chặn xơ gan, ung thư gan và suy gan.

**Viêm gan siêu vi B cấp tính** có thể không cần được điều trị vì là nhiễm trùng có tính ngắn hạn. Tuy nhiên quý vị sẽ cần làm lại xét nghiệm sau 6 tháng để kiểm tra xem quý vị có tiến triển thành viêm gan siêu vi B mạn tính hay không.

Bác sĩ gia đình (GPs) đã tham gia khóa huấn luyện chuyên về viêm gan siêu vi B và bác sĩ chuyên khoa có thể kê đơn thuốc điều trị viêm gan siêu vi B mạn tính. Quý vị có thể tìm danh sách bác sĩ gia đình kê đơn thuốc điều trị viêm gan siêu vi B mạn tính tại https://ashm.org.au/PrescriberListing/.

## Chúng ta phòng tránh viêm gan siêu vi B như thế nào?

Có **vắc-xin** phòng bệnh viêm gan siêu vi B. Tiêm vắc-xin là cách tốt nhất để phòng bệnh viêm gan siêu vi B. Ở Queensland một số người có thể được tiêm vắc-xin phòng bệnh viêm gan siêu vi B miễn phí, như:

- Trẻ sơ sinh
- Nếu đang sống chung với các thành viên gia đình hoặc người chung nhà mắc viêm gan siêu vi B
- Di dân có thẻ Medicare và đến từ các nước có bệnh viêm gan siêu vi B phổ biến (nếu chưa có miễn nhiễm với viêm gan siêu vi B hoặc chưa từng tiêm vắc-xin dự phòng trước đây)
- Người có bệnh gan mạn tính và/hoặc viêm gan siêu vi C
- Người có quan hệ tình dục với bạn tình mắc viêm gan siêu vi B

Vui lòng truy cập trang www.health.qld.gov.au/clinical-practice/guidelinesprocedures/diseases-infection/immunisation/schedule để cập nhật.

## Is there treatment for hepatitis B?

**Yes,** there are treatments for **chronic hepatitis B** that reduce the amount of virus in the body, and help prevent liver damage, cirrhosis and liver cancer. However, this is not a cure. **Currently, most people who start treatment need to continue for the rest of their life.** Not all people with chronic hepatitis B need treatment, but **all people with chronic hepatitis B need regular check-ups** by their doctor for their whole life (please refer to the B Healthy-My guide to chronic Hepatitis B booklet for more details). Chronic hepatitis B can flare up (suddenly change) and cause liver damage at any time without a person feeling unwell. Hepatitis B may not cause problems for many years, but for some people, liver damage may develop quickly. Check-ups are the only way to find out if any liver damage has or is occurring and whether treatment is needed. This can help to prevent liver cirrhosis, liver cancer and liver failure.

For **acute hepatitis B** treatment may not be needed as it is only a short term infection. However, you will need to be tested again after 6 months to check if you have developed a chronic infection.

GPs with specific hepatitis B training and specialists can provide treatment for chronic hepatitis B. You can find the list of these GPs at https://ashm.org.au/PrescriberListing

## How can we prevent hepatitis B?

There is a **vaccine** for hepatitis B. Vaccination is the best way to prevent people from getting hepatitis B. In Queensland, some people can get the hepatitis B vaccine for free, for example:

- Infants
- People living with a person who has hepatitis B, such as family members or housemates
- Migrants from hepatitis B endemic countries who have a Medicare card (if not already immune to hepatitis B or not previously vaccinated)
- Persons with chronic liver disease and/or hepatitis C
- Sexual contacts of persons with hepatitis B

Please go to www.health.qld.gov.au/clinical-practice/guidelines-procedures/diseases-infection/immunisation/schedule for the most up to date list.

Trước khi được tiêm vắc-xin viêm gan siêu vi B, bác sĩ nên kiểm tra việc tiêm vắc-xin có cần thiết không. Nếu đã được tiêm vắc-xin hoặc đã mắc viêm gan siêu vi B trong quá khứ, quý vị có thể đã miễn nhiễm với viêm gan siêu vi B và không cần phải tiêm vắc-xin.

Đối với người trưởng thành, vắc-xin phòng bệnh viêm gan siêu vị B gồm 3 mũi tiêm trong 6 tháng. Đối với trẻ sơ sinh, vắc-xin phòng bệnh viêm gan siêu vi B gồm 4 mũi tiêm trong 6 tháng và mũi đầu tiên được tiêm khi sinh ra. Điều quan trọng là cần phải tiêm đủ các mũi vắc-xin để đạt được hiệu quả phòng bệnh. Hầu hết mọi người không cần phải tiêm nhắc lại sau khi hoàn thành đủ các mũi vắc-xin.

Sau khi tiêm mũi vắc-xin cuối cùng ít nhất 4 tuần, quý vị có thể yêu cầu bác sĩ gia đình làm xét nghiệm kiểm tra xem vắc-xin có đạt hiệu quả không. Đối với bé, việc kiểm tra xem vắc-xin có đạt hiệu quả hay không có thể thực hiện 3 tháng sau khi tiêm mũi vắc-xin cuối cùng.

**Nếu phụ nữ mang thai mắc viêm gan siêu vi B thì sao?"**

Phụ nữ nên gặp bác sĩ để được tư vấn ngay khi biết mình có thai. Một số phụ nữ có tải lượng siêu vi viêm gan B trong máu cao (số lượng siêu vi viêm gan B cao) có thể cần được uống thuốc trong các tháng cuối của thai kỳ nhằm giảm thiểu nguy cơ lây truyền siêu vi viêm gan B qua em bé. Em bé sinh ra cũng nên được tiêm **mũi vắc-xin viêm gan siêu vi B đầu tiên và mũi huyết thanh kháng viêm gan siêu vi B (HBIG) trong vòng 12 giờ sau sinh.** Sau đó em bé tiếp tục được tiêm 3 mũi vắc-xin viêm gan siêu vi B vào lúc 2 tháng tuổi, lúc 4 tháng tuổi và lúc 6 tháng tuổi.

Khi được tiêm dự phòng đầy đủ vắc-xin viêm gan siêu vi B và huyết thanh kháng viêm gan siêu vi B, nguy cơ lây truyền từ mẹ sang con sẽ giảm thiểu rất nhiều, chỉ còn dưới 5%. Em bé nên được làm xét nghiệm viêm gan siêu vi B lúc 9 đến 12 tháng tuổi để kiểm tra em bé có miễn nhiễm với viêm gan siêu vi B hay không.

**Bú sữa mẹ không lây truyền viêm gan siêu vi B.** Mẹ mắc viêm gan siêu vi B vẫn có thể cho con bú sữa mẹ. Tuy nhiên nếu núm vú bị nứt nẻ và chảy máu, mẹ nên không cho con bú mà chờ đến khi núm vú lành hẳn.

## Viêm gan siêu vi C

Viêm gan siêu vi C gây ra bởi siêu vi viêm gan C (HCV). Nhiều người có thể đã mắc viêm gan siêu vi C trước khi đến Úc mà không hề biết. Tương tự như viêm gan siêu vi B, viêm gan siêu vi C có thể là nhiễm trùng cấp tính hay mạn tính.

Không giống như viêm gan siêu vi B, khả năng tiến triển thành viêm gan siêu vi C mạn tính không phụ thuộc vào độ tuổi khi nhiễm bệnh. Khoảng 3 phần 4 số người (75%) nhiễm siêu vi viêm gan C sẽ tiến triển thành viêm gan siêu vi C mạn tính và sẽ cần được điều trị.

Before being vaccinated, the doctor should check if a person needs the vaccine. If already vaccinated for hepatitis B, or have had hepatitis B in the past, they may already have immunity (protection) and do not need the hepatitis B vaccine.

For adults, the hepatitis B vaccine involves 3 injections over 6 months. For infants, there are 4 injections over 6 months and the first injection is given at birth. It is important to complete all the injections for the vaccine to work. Most people do not need further injections (booster) after completing all injections.

To check that the vaccination has worked, people can ask their GP to do a blood test at least 4 weeks after the final injection. A baby can be tested 3 months after the final injection.

### What will happen if a pregnant woman has hepatitis B?

As soon as a woman knows she is pregnant, she should see a doctor for advice. Some women with a high level of hepatitis B virus (viral load) in their blood may need medication in the last few months of pregnancy to reduce the risk of passing the virus to the baby. The baby should also get **the first dose of the hepatitis B vaccine and hepatitis B immune globulin (HBIG) within 12 hours of being born**, then 3 more doses of hepatitis B vaccine at 2, 4 and 6 months. By doing so, the chance of the baby getting hepatitis B can be greatly reduced to less than 5%. The child should be tested for hepatitis B at 9 - 12 months old to check that they are protected.

**Breastfeeding does not transmit hepatitis B.**

Mothers with hepatitis B can breastfeed their babies; however, if their nipples are cracked and bleeding, they should not breastfeed until the nipples have healed.

## Hepatitis C

Hepatitis C is caused by the hepatitis C virus (HCV). People coming to Australia from another country may have been infected with hepatitis C in their home country but are not aware of it. Like hepatitis B, hepatitis C can be an acute or chronic infection. Unlike hepatitis B, the chance of people developing chronic hepatitis C does not depend on the age of infection. About 3 in 4 (75%) people infected by the hepatitis C virus will develop chronic hepatitis C and will need treatment.

## Viêm gan siêu vi C lây truyền như thế nào?

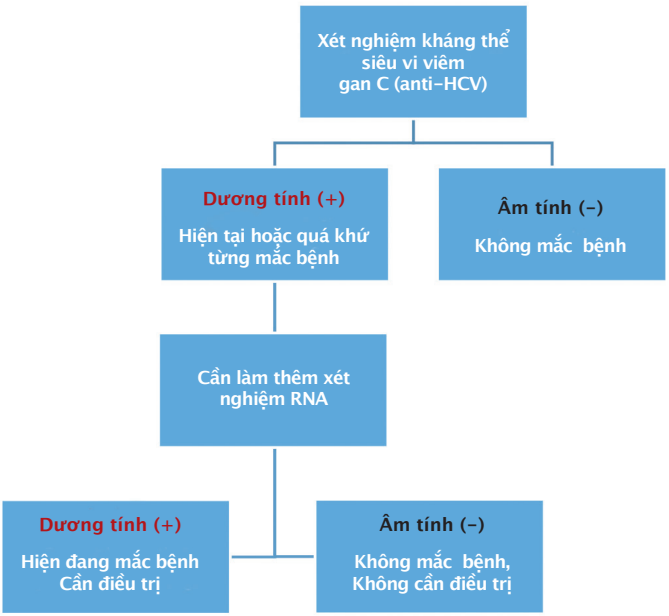
Viêm gan siêu vi C có thể lây truyền **qua máu** nhiễm siêu vi viêm gan C.

Ví dụ lây truyền qua máu có thể xem tại trang 14 và 16 trong phần Viêm gan siêu vi B. Phụ nữ mang thai mắc viêm gan siêu vi C có thể lây truyền qua em bé khi sinh. Tuy nhiên, cách lây truyền này không phổ biến và dưới 5% em bé sinh ra có mẹ mắc viêm gan siêu vi C bị nhiễm bệnh.

Viêm gan siêu vi C **không** lây truyền qua các giao tiếp xã hội. Vui lòng xem chi tiết ở trang 16 trong phần Viêm gan siêu vi B.

## Các triệu chứng bệnh của viêm gan siêu vi C là gì?

Hầu hết người mắc viêm gan siêu vi C **không** có triệu chứng. Tuy nhiên một số người bệnh có thể có các triệu chứng bệnh tương tự như viêm gan siêu vi A hoặc viêm gan siêu vi B.



## How do people get hepatitis C?

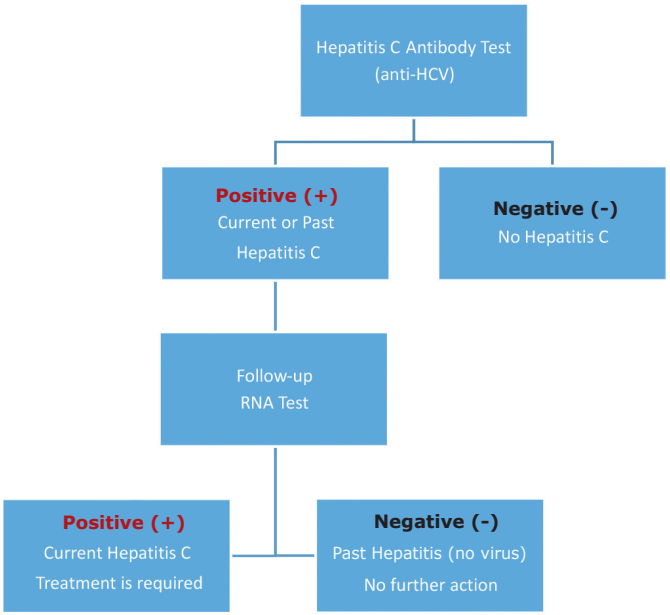
People can get hepatitis C through **contact with blood** that is infected with the hepatitis C virus. Examples of blood transmission can be found on page 15 in the Hepatitis B section.

An infected pregnant woman can pass the virus to her baby during birth. This is not common and less than 5% of babies born to mothers with hepatitis C will become infected.

People **cannot** get hepatitis C through social contacts, please refer details on page 19 in the Hepatitis B section.

## What are the symptoms of hepatitis C?

Most people with hepatitis C have no symptoms, but some people may experience symptoms similar to hepatitis A or hepatitis B.



**Làm thế nào để biết mình có mắc viêm gan siêu vi C hay không?**

Cách duy nhất để biết mình có mắc viêm gan siêu vi C hay không là **làm xét nghiệm máu đặc hiệu viêm gan siêu vi C** (xét nghiệm này khác với xét nghiệm máu tổng quát). Mọi bác sĩ gia đình đều có thể chỉ định làm xét nghiệm này.

Trước hết làm xét nghiệm tìm **kháng thể siêu vi viêm gan C** trong máu. Nếu xét nghiệm này âm tính, quý vị không mắc bệnh viêm gan siêu vi C. Nếu dương tính, điều này có nghĩa quý vị hiện đang mắc viêm gan siêu vi C hoặc đã từng mắc viêm gan siêu vi C trong quá khứ.

Tiếp theo quý vị cần phải làm thêm một xét nghiệm gọi là **RNA viêm gan siêu vi C** để khẳng định. Nếu xét nghiệm RNA âm tính, nghĩa là hiện tại quý vị không mắc viêm gan siêu vi C. Nếu xét nghiệm RNA **dương tính**, nghĩa là hiện tại quý vị đang mắc viêm gan siêu vi C và **sẽ cần được điều trị.** Viêm gan siêu vi C có thể tiến triển thành bệnh gan nguy hiểm như xơ gan và ung thư gan. Nếu mắc viêm gan siêu vi C mạn tính, điều quan trọng là làm xét nghiệm và được điều trị. Nếu quý vị chỉ mới mắc viêm gan siêu vi C, xét nghiệm RNA sẽ cần được làm lại ít nhất 6 tháng sau đó để kiểm tra siêu vi viêm gan C vẫn còn trong máu hay không.

**Có phải quý vị được làm xét nghiệm viêm gan siêu vi C trước khi đến Úc?**

Hầu hết mọi người không được yêu cầu làm xét nghiệm viêm gan siêu vi C. Chỉ có những nhóm sau được yêu cầu làm xét nghiệm:

Nhóm nộp đơn permanent visa, provisional visa và:

- Tuổi từ 15 trở lên và dự định làm việc hay học tập để trở thành bác sĩ, nha sĩ, y tá hay nhân viên cứu thương (paramedic) ở Úc
- Tuổi từ 15 trở lên và nộp đơn cho onshore protection visa

Nhóm nộp đơn temporary visa và:

- dự định làm việc hay học tập để trở thành bác sĩ, nha sĩ, y tá hay nhân viên cứu thương (paramedic) ở Úc

Các thông tin cập nhật và chi tiết có tại trang https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

**Ảnh hưởng của viêm gan siêu vi C đến sức khỏe?**

Sau nhiều năm nếu không được điều trị, viêm gan siêu vi C mạn tính có thể gây tổn thương gan. Một số trường hợp có thể tiến triển thành các bệnh gan nguy hiểm, bao gồm xơ gan, ung thư gan, và suy gan.

## How do people know if they have hepatitis C?

The only way for people to know if they have hepatitis C is to have a **specific blood test for hepatitis C** (it is different from common blood tests). All GPs can order the test.

Firstly, the test looks for **hepatitis C antibodies** in the blood. If the antibody test is negative, the person does not have hepatitis C. If positive (or detected), it means that the person either currently has hepatitis C or has had hepatitis C in the past. A further test called a **hepatitis C RNA** test is needed to check whether the person still has hepatitis C. If the RNA test is negative, it means the person does not have hepatitis C. If the RNA test is **positive** (or detected), it means the person currently has hepatitis C and will **need treatment**.

People with chronic hepatitis C can develop serious liver disease, such as cirrhosis and liver cancer. It is important people get tested and treated if they have chronic hepatitis C. If a person has just become infected, another HCV RNA test will be needed at least 6 months later, to see if the virus is still in the body.

## Are people tested for hepatitis C before they come to Australia?

Most people are not required to be tested for hepatitis C. Only the following groups are required to get tested:

### Permanent and provisional visa applicants who:

- are aged 15 or over and intend to work as or study to be a doctor, dentist, nurse or paramedic in Australia
- are aged 15 or over and apply for an onshore protection type visa

### Temporary visa applicants who:

- intend to work as or study to be a doctor, dentist, nurse or paramedic in Australia

Please find updated and detailed information at https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

## How does hepatitis C affect people?

Over time without treatment, chronic hepatitis C can damage the liver and some people may develop serious liver disease, including cirrhosis, liver cancer, and liver failure.

**Có liệu pháp điều trị viêm gan siêu vi C không?**

**Có.** Hiện nay đã có liệu pháp điều trị viêm gan siêu vi C rất hiệu quả. Sau khi hoàn thành liệu trình điều trị kéo dài 8 hoặc 12 tuần, trên 95% người mắc viêm gan siêu vi C mạn tính sẽ được **chữa khỏi hẳn**.

Liệu pháp điều trị chỉ có một vài tác dụng phụ như mệt mỏi hoặc đau đầu. Bác sĩ gia đình, bác sĩ chuyên khoa và y tá (nurse practitioners) có thể kê đơn thuốc điều trị viêm gan siêu vi C. Nói chung, nếu có thẻ Medicare chi phí thuốc điều trị sẽ khoảng dưới $125; nếu có thẻ Concession chi phí thuốc điều trị sẽ khoảng dưới $20.

Nếu không có thẻ Medicare, quý vị có thể mua thuốc điều trị viêm gan siêu vi C rẻ hơn tại trang **www.fixhepC.com**. **Sau khi được chữa khỏi, quý vị vẫn có thể bị tái nhiễm viêm gan siêu vi C** nếu không thực hiện biện pháp phòng ngừa. Vui lòng xem Tờ Thông tin Viêm gan siêu vi C để biết thêm chi tiết tại trang www.eccq.com.au/bbv-vietnamese

**Chúng ta phòng bệnh viêm gan siêu vi C như thế nào?**

**KHÔNG** có vắc-xin dự phòng viêm gan siêu vi C. Điều quan trọng trong phòng ngừa viêm gan siêu vi C là tránh **tiếp xúc với máu:**

- Không dùng chung bất cứ dụng cụ cá nhân có thể đã dính máu (như dao cạo râu, bàn chải răng, kim tiêm hoặc ống chích).
- Tránh sử dụng các dịch vụ tại các cơ sở "làm chui" tại nhà hay tại các nơi không được cấp giấy phép, bao gồm các thủ thuật có xâm lấn da hoặc tiếp xúc máu như xăm, xỏ khuyên và các thủ thuật làm đẹp khác.
- Các vết thương như vết cắt da, rách da cần được băng lại.
- Mang găng tay khi dọn dẹp vệ sinh các vết máu.
- Cẩn thận khi sử dụng các dịch vụ tại các bệnh viện, phòng khám bệnh, phòng nha hay các cơ sở làm đẹp ở nước ngoài. Hỏi xem các cơ sở dịch vụ này có sử dụng các các dụng cụ y tế mới hay có tiệt trùng các dụng cụ y tế đúng tiêu chuẩn hay không.

**Nếu phụ nữ mang thai mắc viêm gan siêu vi C thì sao?**

Nguy cơ lây truyền viêm gan siêu vi C từ mẹ mang thai sang em bé là rất thấp (dưới 5%). Mẹ mắc viêm gan siêu vi C vẫn có thể cho bé bú mẹ. Tuy nhiên nếu núm vú của mẹ bị nứt nẻ và chảy máu, mẹ nên chờ đến khi lành hẳn rồi mới cho bé bú. Phụ nữ ngay khi biết mình có thai nên gặp bác sĩ để được tư vấn.

Sau thai kỳ và qua giai đoạn cho con bú, mẹ nên được điều trị để chữa khỏi hẳn viêm gan siêu vi C.

Nếu mẹ mắc viêm gan siêu vi C, mọi em bé nên được làm xét nghiệm sàng lọc viêm gan siêu vi C lúc 12 đến 18 tháng tuổi (www.childrens.health.qld.au)

## Is there treatment for hepatitis C?

**Yes,** there are highly effective treatments for hepatitis C. After completing 8 or 12 weeks of treatment, over 95% of people with chronic hepatitis C will be **cured** (no hepatitis C). The treatments have very few side effects such as tiredness or headache. GPs, specialists and nurse practitioners can prescribe treatment for hepatitis C. Generally, if you have a Medicare card, the treatment costs less than $125, with a concession card less than $20.

If you do not have a Medicare card, you may be able to access cheaper hepatitis C medication at **www.fixhepc.com.au**. **People who have been cured can be re-infected with the hepatitis C virus** if they do not protect themselves from the virus. Please see our Hepatitis C Factsheet at **www.eccq.com.au/bbv** for further details.

## How can we prevent hepatitis C?

There is **NO** vaccine for hepatitis C. It is particularly important to prevent it by **avoiding contact with blood:**

- Do not share anything that may have been exposed to blood (such as razors, toothbrushes or injecting drug equipment)
- Avoid 'backyard' practices (at home or not in a licenced place) that involve skin penetration or blood contact, such as tattooing, body or ear piercing and cosmetic procedures
- Cover cuts, scratches and wounds with dressings or a bandage
- Wear gloves while cleaning up any blood
- Be careful when visiting a hospital, doctor, dentist or having cosmetic procedures in another country. Ask whether they sterilise their equipment or use new equipment

## What will happen if a pregnant woman has hepatitis C?

The risk of a infected pregnant woman passing hepatitis C to her child is very low (less than 5%). Mothers with hepatitis C can breastfeed; however, if a woman's nipples are cracked and bleeding, she should not breastfeed until they have healed. Women should see their doctor for advice as soon as they know they are pregnant.

After the pregnancy and breastfeeding, the mother should have treatment to cure the hepatitis C. All babies born to mothers with hepatitis C should get tested for hepatitis C at 12 to18 months old (www.childrens.health.qld.gov.au).

# HIV

## HIV

Ở Úc có hàng nghìn người nhiễm HIV. Bất kỳ ai cũng có thể nhiễm HIV, bao gồm người nhập cư. Mọi người cần phòng tránh HIV dù đang ở Úc hay đang du lịch ở nước ngoài.

**HIV/AIDS là gì?**

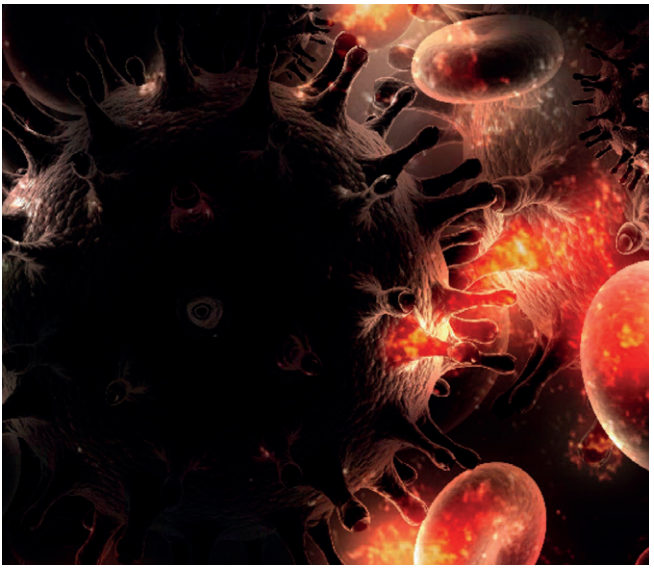
**HIV** là viết tắt của Human Immunodeficiency Virus–Vi rút Suy giảm Miễn dịch ở Người. HIV gây ra AIDS, **AIDS** là viết tắt của Acquired Immunodeficiency Syndrome–Hội chứng Suy giảm Miễn dịch Mắc phải. AIDS là giai đoạn cuối của quá trình nhiễm HIV. Không phải tất cả người nhiễm HIV đều tiến triển thành AIDS. Nếu được xét nghiệm sớm và điều trị sớm, người nhiễm HIV sẽ không tiến triển thành AIDS.

# HIV

Thousands of people in Australia are infected with HIV and anyone can get HIV, including people from overseas. People need to protect themselves from getting HIV in Australia or when travelling overseas.

## What is HIV/AIDS?

**HIV** stands for **H**uman **I**mmunodeficiency **V**irus. It is the virus that can cause **AIDS** (**A**cquired **I**mmunodeficiency **S**yndrome). AIDS is the late stage of the HIV infection. Not all people with HIV develop AIDS. If people are tested and treated early for HIV they will not progress to AIDS.



**HIV lây truyền như thế nào?**

HIV tồn tại trong dịch cơ thể. HIV có thể lây truyền qua tiếp xúc với dịch cơ thể nhiễm HIV như máu, tinh dịch, dịch âm đạo và sữa mẹ. Quý vị chỉ có thể bị nhiễm HIV nếu dịch cơ thể nhiễm HIV của người khác xâm nhập vào cơ thể quý vị qua các cách thức:

**Qua quan hệ tình dục:** HIV có thể lây truyền khi quan hệ tình dục qua đường âm đạo hoặc đường hậu môn với người nhiễm HIV. Đây là cách lây truyền HIV phổ biến ở nhiều nước. Người mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) có nguy cơ nhiễm HIV cao hơn. Người mắc cùng lúc HIV và bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) rất nhiều khả năng sẽ lây truyền HIV sang bạn tình.

**Từ mẹ-sang-con:** Mẹ nhiễm HIV có thể truyền sang con trong thai kỳ, khi sinh hoặc khi cho con bú sữa mẹ.

**Qua máu:**

- HIV có thể lây truyền qua máu theo những cách khác nhau. Vui lòng xem "Lây truyền qua máu" trang 14 và 16 phần Viêm gan siêu vi B.
- Vì viêm gan siêu vi B, viêm gan siêu vi C và HIV có thể lây truyền qua máu nên chúng cũng được gọi là **các vi-rút lây truyền qua máu (BBVs)**. Nếu được chẩn đoán mắc một trong các siêu vi kể trên, quý vị cũng cần được làm xét nghiệm kiểm tra hai siêu vi còn lại vì cả ba siêu vi đều có chung cách lây truyền qua máu.
- Một số người có thể cùng lúc mắc hai loại siêu vi hay nhiều hơn-gọi là đồng nhiễm. Họ có thể cần được theo dõi và điều trị bởi bác sĩ chuyên khoa.

HIV **không lây truyền** qua:

- Hôn nhau
- Bắt tay nhau
- Ôm nhau
- Chia sẻ thức ăn, đồ uống. Dùng chung dao nĩa, chén bát, muỗng đũa v.v..
- Sử dụng hồ bơi và ngồi trên bồn cầu
- Muỗi cắn
- Mồ hôi
- Nước mắt
- Nước bọt (nước miếng)
- Nước tiểu

AN TOÀN

## How do people get HIV?

HIV exists in body fluids. People can get HIV through contact with infected body fluids including blood, semen, vaginal fluid and breast milk. People can only get HIV if infected body fluids get into their body through:

**Sex:** HIV can be spread through having vaginal or anal sex with an infected person. This is a common way to transmit HIV in many countries. People infected with an STI have a higher risk of becoming infected with HIV. People who have both HIV and an STI are more likely to transmit HIV to their sexual partner(s).

**Mother-to-child:** an infected mother can pass HIV on to her child during pregnancy, at birth or through breastfeeding.

**Blood:**

- HIV can be spread through blood. There are different ways people can get HIV through blood, please refer to "Blood transmission" on page 11 in the Hepatitis B section.
- As hepatitis B, hepatitis C and HIV can all be transmitted by blood, they are also called **blood-borne viruses (BBVs)**. If a person is diagnosed with one of these infections, the person also needs to be tested for the other two infections because they share the same transmission route - blood.
- People can have two or more infections at the same time - this is called a co-infection, and may need to be managed by a specialist.

People **cannot get** HIV through:

- Kissing
- Shaking hands
- Hugging
- Sharing food, drinks, cutlery, plates, cups, chopsitcks, bowls etc
- Using swimming pools and toilet seats
- Mosquitoes
- Sweat
- Tears
- Saliva
- Urine

## Các triệu chứng của nhiễm HIV

Trong vài tuần đầu tiên sau khi nhiễm HIV, nhiều người có xuất hiện các triệu chứng giống cúm, như:

- Sốt
- Sưng hạch bạch huyết
- Sưng amidan (viêm amidan)
- Đau họng
- Đau nhức cơ và khớp
- Tiêu chảy
- Phát ban

Các triệu chứng này sẽ biến mất nhanh chóng và người nhiễm HIV sẽ không xuất hiện bất kỳ triệu chứng nào trong vài năm.

## Làm thế nào để biết mình có nhiễm HIV hay không?

Rất nhiều người nhiễm HIV vẫn cảm thấy khỏe mạnh và không có triệu chứng. Cách duy nhất để biết mình có nhiễm HIV hay không là làm **xét nghiệm máu đặc hiệu HIV.** Quý vị có thể làm xét nghiệm HIV tại:

- Phòng khám bác sĩ gia đình
- Phòng khám sức khỏe tình dục
- Tại nhà: quý vị có thể yêu cầu bộ xét nghiệm HIV miễn phí tại www.rapid.org.au hoặc mua bộ xét nghiệm HIV tại www.atomohivtest.com

Nếu quý vị vừa bị nhiễm HIV trong vòng 2 tuần đến 3 tháng vừa qua, xét nghiệm máu có thể không thể khẳng định được quý vị có nhiễm HIV hay không, và quý vị sẽ cần làm xét nghiệm lần hai. Khoảng thời gian này gọi là **giai đoạn cửa sổ.**

Trong khi chờ kết quả xét nghiệm, quý vị nên **luôn** quan hệ tình dục an toàn (như sử dụng bao cao su) và tránh tiếp xúc máu. Nếu được xét nghiệm sớm và được điều trị sớm, sức khỏe của người nhiễm HIV sẽ tốt hơn nhiều. Nếu kết quả xét nghiệm là **dương tính**, điều này nghĩa là quý vị đã nhiễm HIV.

## What are the symptoms of HIV?

In the first few weeks after being infected with HIV, many people experience flu-like symptoms, such as:

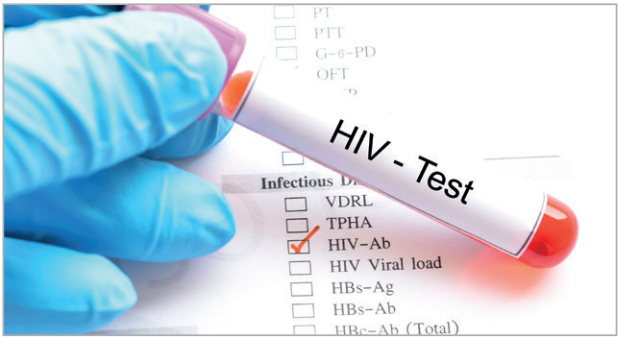
- Fever
- Swollen lymph nodes (lymph glands)
- Swollen tonsils (tonsillitis)
- Sore throat
- Joint and muscle aches
- Diarrhoea
- Rash

These symptoms will then disappear quickly and infected people will not show any symptoms for some years.

## How do people know if they have HIV?

Many people with HIV look and feel healthy. The only way for people to know if they have HIV is to have a **specific blood test for HIV.** You can have a HIV test at:
- a GP clinic
- a sexual health clinic
- at home: you can order free home test kits at www.rapid.org.au or purchase one at www.atomohivtest.com

If people have been infected in the last 2 weeks to 3 months, the blood test may not be able to tell whether they have the infection or not, and they will need to have a second test. This period of time is called the **window period**. While waiting for the result, they should **always** use protection (such as condoms) during sex and avoid blood contact. People will get a much better health outcome if they are tested and treated early. If a person's test result is **positive**, it means this person has HIV.



### Có phải quý vị được làm xét nghiệm HIV trước khi đến Úc?

Người ta thường nghĩ rằng họ đã được xét nghiệm HIV trước khi đến Úc. Tuy nhiên có rất nhiều người không được yêu cầu làm xét nghiệm HIV. Chỉ có những nhóm sau được yêu cầu làm xét nhiệm HIV:

Nhóm nộp đơn permanent visa, provisional visa và:

- Tuổi từ 15 trở lên
- Là trẻ em được nhận làm con nuôi hoặc trẻ em đang được cơ quan phúc lợi của chính phủ tiểu bang hoặc vùng lãnh thổ của Úc chăm sóc

Nhóm nộp đơn visa temporary và:

- Dự định làm việc (hay học tập) để trở thành bác sĩ, nha sĩ, y tá hoặc nhân viên cứu thương (paramedic)

Các thông tin chi tiết có tại

https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

Quý vị nên cân nhắc làm xét nghiệm HIV nếu chưa làm hoặc nếu quý vị đã từng phơi nhiễm trước các nguy cơ đã được liệt kê trong phần "HIV lây truyền như thế nào?" ở trang 36.

### Ảnh hưởng của HIV đến sức khỏe?

Người nhiễm HIV có thể vẫn cảm thấy khỏe mạnh và không có triệu chứng trong nhiều năm sau khi nhiễm. Tuy nhiên, nếu **không được điều trị,** HIV sẽ từ từ phá hủy hệ miễn dịch (cơ qua phòng thủ của cơ thể) sau nhiều năm và sau đó tiến triển thành AIDS. Lúc này người bị AIDS dễ dàng mắc các nhiễm trùng nghiêm trọng và các bệnh khác mà người khỏe mạnh thông thường không mắc. Người bị AIDS **có thể** tử vong vì các nhiễm trùng và các bệnh liên quan đến AIDS.

### Có liệu pháp điều trị HIV không?

**Có.** Liệu pháp điều trị HIV, còn gọi là liệu pháp kháng siêu vi ART, có thể giúp kiểm soát HIV và ngăn ngừa tiến triển thành AIDS hiệu quả. Một khi được chẩn đoán nhiễm HIV, người nhiễm cần được điều trị càng sớm càng tốt. Hiện nay, việc điều trị HIV đòi hỏi uống thuốc hằng ngày đến suốt đời. Chỉ có bác sĩ gia đình được huấn luyện HIV và bác sĩ chuyên khoa có thể kê đơn thuốc điều trị HIV.

Quý vị có thể tìm danh sách bác sĩ gia đình được huấn luyện HIV tại: www.ashm.org.au/PrescriberListing/.

Người nhiễm HIV có thể có cuộc sống khỏe mạnh bình thường nếu uống thuốc điều trị như yêu cầu. Xét nghiệm sớm và điều trị sớm đóng vai trò quan trọng để điều trị đạt hiệu quả.

## Are people tested for HIV before they come to Australia?

People often think that they were tested for HIV before they came to Australia but many people are not required to be tested for HIV. Only the following groups are required to get tested:

Permanent and provisional visa applicants who:

- are aged 15 or over
- are a child for adoption or a child in the care of an Australian state or territory government welfare authority

Temporary visa applicants who:

- intend to work as (or study to be) a doctor, dentist, nurse or paramedic.

Please find detailed information at https://immi.homeaffairs.gov.au/help-support/meeting-our-requirements/health

People should consider having an HIV test if they have not been tested already, or if they may have been exposed to risks previously listed under "How do people get HIV?" on page 37.

## How does HIV affect people?

People with HIV may look and feel healthy for many years after they have been infected. However, **without treatment,** HIV can slowly destroy the immune system (the body's defence system) over the years and later will progress to AIDS, making it easier to get serious infections and other diseases that healthy people might not normally get. People **might** die from these AIDS-related infections and diseases.

## Is there treatment for HIV?

**Yes**, HIV treatment called Antiretroviral Therapy (ART) can effectively control HIV and prevent AIDS. People diagnosed with HIV should start HIV treatment as soon as possible. Currently, people need to continue taking medication every day for life. Only GPs with HIV training and specialists can provide the HIV treatment. You can find a GP with training in HIV at https://ashm.org.au/PrescriberListing/.

People with HIV can have a normal life if they take HIV medications as required. Early testing and treatment are important to make treatments most effective.

Khi điều trị đạt hiệu quả, tải lượng HIV trong cơ thể có thể giảm đến mức rất thấp mà xét nghiệm máu không phát hiện được, đây gọi là **"ngưỡng không phát hiện".** Điều này không có nghĩa là việc nhiễm HIV đã được chữa khỏi hay đã loại trừ HIV ra khỏi cơ thể.

**Người có tải lượng HIV ở ngưỡng không phát hiện sẽ không lây truyền HIV sang bạn tình qua quan hệ tình dục.**
(Không phát hiện = Không lây truyền hoặc K=K). Do vậy, việc điều trị HIV cũng có thể giúp ngăn chặn lây truyền HIV qua quan hệ tình dục (cũng còn gọi là **Điều trị là Dự phòng** hay TasP).

Việc uống thuốc điều trị phải được thực hiện liên tục, không ngưng giữa chừng để giữ tải lượng HIV ở ngưỡng không phát hiện.

## Chúng ta phòng tránh HIV như thế nào?

**Không có** vắc-xin dự phòng HIV. Vì vậy điều rất quan trọng là phải thực hiện các biện pháp sau để bảo vệ bản thân và người khác:

- **Sử dụng bao cao su:** hiện nay bao cao su vẫn là biện pháp bảo vệ tốt nhất phòng tránh HIV qua đường tình dục, các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) và tránh thai.
- **Tránh tiếp xúc trực tiếp máu:** vui lòng xem chi tiết tại trang 14 và 16.
- **Uống thuốc dự phòng HIV:**
  - Dự phòng Trước Phơi nhiễm **(PrEP)**: Là thuốc bảo vệ người không mắc HIV để phòng nhiễm HIV. Vì PrEP không phải là vắc-xin, PrEP chỉ hiệu quả nếu uống thuốc hằng ngày. Nếu ngưng uống thuốc PrEP, quý vị sẽ không được bảo vệ. Mọi bác sĩ gia đình đều có thể kê đơn thuốc PrEP. Nếu không có thẻ Medicard, quý vị có thể mua thuốc PrEP trực tuyến tại trang **www.greencrosspharmacy.online**, cần có đơn thuốc của bác sĩ.
  - Cũng có một vài tác dụng phụ khi uống thuốc PrEP. Quý vị không được uống thuốc kháng HIV của người khác để phòng nhiễm HIV cho bản thân.

With effective treatment, the amount of HIV in the body can be reduced to such a low level that it is unable to be found in a blood test, which is called **'undetectable'**. This does not mean that the person has been cured or is free of HIV.

**A person with undetectable HIV cannot pass the HIV to other people through sex** (Undetectable=Untransmittable or U=U). Thus, HIV treatment can prevent sexually transmitted HIV (also called **Treatment as Prevention** or TasP).

**Treatment must be continued to keep HIV undetectable.**

## How can we prevent HIV?

There is **no** vaccine for HIV. Therefore it is very important to take the following measures to protect yourself and others:

- **Use condoms:** currently condoms are still the best protection to prevent sexually transmitted HIV, STIs and pregnancy.
- **Avoid direct blood contact:** please see details described previously on page 15.
- **Take HIV prevention medication:**

– Pre-Exposure Prophylaxis **(PrEP)**: is an HIV medicine that can protect uninfected people from getting HIV. As it is not a vaccine, PrEP only works when taken every day. If people stop taking it, they will not be protected. Any GP can prescribe PrEP. If people do not have a Medicare card, they can buy PrEP online at: www.greencrosspharmacy.online with a prescription from their GP.

– There may be some side effects when taking PrEP. People cannot take another person's HIV medicine to protect them from getting HIV.

– Dự phòng Sau Phơi Nhiễm **(PEP)**: Là thuốc dành cho người không mắc HIV vừa bị phơi nhiễm HIV. PEP là thuốc kháng HIV, nên uống càng sớm càng tốt sau khi phơi nhiễm, trong vòng **72 giờ** sau khi bị phơi nhiễm. PEP cần được uống liên tục trong 4 tuần. Bác sĩ tại Phòng khám Sức khỏe Tình dục, khoa Cấp cứu ở các bệnh viện lớn và bác sĩ gia đình (GPs) được huấn luyện HIV (vui lòng xem phần Có liệu pháp điều trị HIV không? ở trang 40 và 42) đều có thể kê đơn thuốc PEP.

### Điều gì sẽ xảy ra nếu một phụ nữ mang thai nhiễm HIV?

Phụ nữ nhiễm HIV có thể sinh em bé không nhiễm HIV (hay còn gọi HIV âm tính). Có nhiều cách để làm giảm nguy cơ em bé nhiễm HIV xuống dưới 1%. Nếu người phụ nữ nhiễm HIV đang có kế hoạch sinh con hoặc vừa mới mang thai, họ nên gặp bác sĩ để được tư vấn.

**Không phát hiện = Không lây truyền**

# K=K

– Post-Exposure Prophylaxis **(PEP)**: is for uninfected people who may have been exposed to HIV. PEP is HIV medicine that should be taken within **72 hours** after possible exposure, earlier is better, and needs to be taken for 4 weeks. Doctors at Sexual Health Clinics, Emergency Departments in major hospitals and GPs with HIV training ( please refer to "Is treatment for HIV? on page 41") can prescribe PEP.

## What will happen if a woman is pregnant and has HIV?

A woman with HIV can have an HIV free (or HIV negative) baby. There are many ways to greatly reduce the risk of a baby being infected with HIV to less than 1%. If a woman with HIV is planning to have a baby or has just become pregnant they should see a doctor to get advice.

# Sexually Transmissible Infections (STIs)

# Các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs)

## Các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs)

Bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) là tên của bệnh có thể lây truyền từ người này sang người khác qua quan hệ tình dục, bao gồm quan hệ tình dục qua **âm đạo** (dương vật đưa vào âm đạo), qua **hậu môn** (dương vật đưa vào hậu môn) và bằng **miệng** (miệng tiếp xúc bộ phận sinh dục và hậu môn). Có nhiều bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) khác nhau. Một số bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) gây ra bởi vi rút, một số gây ra bởi vi khuẩn và một số gây ra bởi ký sinh trùng.

Một số bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) có thể gây ra các hậu quả nghiêm trọng lâu dài đến sức khỏe, bao gồm vô sinh (không thể có con). **Các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) cũng có thể làm tăng nguy cơ lây truyền và nhiễm HIV.** Do đó, điều **rất** quan trọng là các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) cần được chẩn đoán và điều trị sớm.

Các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) phổ biến ở Úc bao gồm: chlamydia, lậu và giang mai– do vi khuẩn gây ra; herpes sinh dục (mụn rộp sinh dục) và mụn cóc sinh dục (sùi mào gà)– do vi rút gây ra. HIV và viêm gan siêu vi B có thể lây truyền qua quan hệ tình dục và chúng đã được thảo luận riêng trong tập sách này.

### Các triệu chứng của các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) là gì?

Hầu hết người mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) không có bất kỳ triệu chứng nào. Tuy nhiên, một số người có thể có một hoặc nhiều triệu chứng sau:

- Nổi mụn nước, nổi u, vết loét, phát ban hoặc thay đổi bất thường ở da quanh vùng cơ quan sinh dục (dương vật, tinh hoàn, âm đạo hoặc hậu môn).

## Sexually Transmissible Infections (STIs)

A **S**exually **T**ransmissible **I**nfection (STI) is the name for a disease that can be passed from one person to another by sexual contact including **vaginal** sex (penis in vagina), **anal** sex (penis in anus) and **oral** sex (mouth to genitals/anus). There are many different STIs and they can be caused by either viruses, bacteria or parasites.

Some STIs can cause serious long-term health problems, including infertility (when a person cannot have a baby). **STIs can also increase the risk of transmitting and getting HIV.** Therefore, it is **very** important that STIs are diagnosed and treated early. The common STIs in Australia include bacterial infections such as chlamydia, gonorrhoea, and syphilis as well as viral infections such as genital herpes and genital warts. HIV and hepatitis B (viral infections) can be transmitted by sexual contact and they have been discussed separately in this booklet.

### What are the symptoms of STIs?

Most people who have an STI do not have any symptoms. However, some people may experience one or more of the following:

- Blisters, lumps, sores, a rash or a change in the skin on and around the genitals (penis, testicles, vagina or anus)

- Đau ở tinh hoàn.
- Đau bụng dưới, đau trong khi hoặc ngay sau khi quan hệ tình dục, hoặc xuất huyết âm đạo ngoài chu kỳ kinh nguyệt.
- Bất thường dịch tiết hoặc chảy máu từ dương vật, âm đạo hoặc hậu môn.
- Đau khi tiểu hoặc tiểu khó.

## Làm thế nào để biết mình có mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) hay không?

Nhiều bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) không có triệu chứng. Khám sức khỏe tình dục là cách duy nhất để biết có mắc bệnh hay không. Tất cả quý vị đang có sinh hoạt tình dục nên được khám sức khỏe tình dục.

Quý vị nên đi khám sức khỏe tình dục nếu :

- nghĩ rằng mình có thể đã mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI)
- đã quan hệ tình dục mà không sử dụng bao cao su, hoặc bao cao su bị vỡ hoặc bao cao su bị tuột ra khi quan hệ
- hoặc quý vị hay bạn tình của quý vị đã có nhiều hơn một bạn tình
- bắt đầu hoặc kết thúc một mối quan hệ tình dục
- đã bị tấn công tình dục

## Có phải quý vị được làm xét nghiệm các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) trước khi đến Úc?

Hầu hết quý vị không được làm xét nghiệm các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) trước khi đến Úc. Quý vị cần làm xét nghiệm bệnh giang mai nếu quý vị:

- từ 15 tuổi trở lên, đang nộp đơn xin onshore protection visa
- từ 15 tuổi trở lên và đang nộp đơn xin refugee visa

## Làm thế nào những người mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) có thể bảo vệ người khác?

Người đang được điều trị bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) nên tránh quan hệ tình dục trong thời gian điều trị vì vẫn có thể lây bệnh sang bạn tình.

Người mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) nên nói chuyện với bác sĩ hay y tá về **mối liên hệ** với bất kỳ bạn tình trong quá khứ hoặc hiện tại. Nếu những bạn tình này cũng nhiễm bệnh, họ cũng có thể tiếp tục lây truyền bệnh sang bạn tình hiện tại của họ.

- Pain in the testicles (males)
- Lower belly pain, pain during or just after sex, or bleeding between periods (females)
- Unusual discharge or bleeding from the penis, vagina, or anus
- Pain or difficulty passing urine

## How do people know if they have an STI?

Many STIs have no symptoms. All people who are sexually active should have a sexual health check as it is the only way to know if there is an infection.

People should have a sexual health check if they:

- think they may have an STI
- had sex without a condom, or the condom broke or fell off
- they or their partner have had more than one sexual partner
- start or finish a sexual relationship
- have been sexually assaulted

## Are people tested for STIs before they come to Australia?

Most people are not required to be tested for STIs before coming to Australia. However, some people need to test for syphilis if they:

- are aged 15 or over and applying for an onshore protection type visa
- are aged 15 or over and applying for a refugee type visa

## How can people with an STI protect others?

People who are being treated for an STI should avoid having sex during treatment as the infection may be transmitted to their sexual partner(s). People with an STI should talk to their doctor or nurse about **contacting** any past or current sexual partner(s). If sexual partner(s) are also infected, they may get sick, pass the infection on to other people, or re-infect their current sexual partner.

## Chúng ta phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) như thế nào?

- **Sử dụng bao cao su** là cách cách tốt nhất để phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs), cũng như phòng tránh HIV và tránh thai. Quý vị nên sử dụng bao cao su đúng cách và trong mọi khi quan hệ tình dục:
  - Chọn và sử dụng bao cao su phù hợp kích cỡ chiều rộng: cỡ nhỏ (45mm–51mm), cỡ vừa (52mm–56mm) hoặc cỡ to (56mm–60mm). ECCQ có cung cấp bao cao su mẫu miễn phí. Quý vị có thể yêu cầu bao cao su mẫu tại trang điện tử **www.eccq.com.au/bbv hoặc** email đến **health@eccq.com.au**
  - Bao cao su nên cất giữ ở nơi mát vì nhiệt có thể làm hỏng chúng.
  - Kiểm tra hạn sử dụng trước khi sử dụng bao cao su.
  - Sử dụng bao cao su với chất bôi trơn gốc nước để tránh làm vỡ bao cao su.
  - Không tròng vào hai hay nhiều bao cao su cùng lúc.
  - Không sử dụng lại bao cao su đã dùng.

*Bao cao su và chất bôi trơn gốc nước có bán tại siêu thị, nhà thuốc, trạm xăng và các cửa hàng tiện lợi.*

- **Giảm số bạn tình.**
- **Đi khám sức khỏe tình dục** nếu quý vị có quan hệ tình dục khi du lịch ở nước ngoài.
- **Đi khám sức khỏe tình dục khi vừa chấm** dứt một mối quan hệ tình cảm, và trước khi quý vị bắt đầu một mối quan hệ tình cảm mới hay mỗi khi quý vị có quan hệ tình dục không an toàn.
- **Tránh quan hệ tình dục với bạn tình** có các triệu chứng như là nổi u nhú, phát ban hay có vết loét vùng cơ quan sinh dục. Quý vị khuyên bạn tình nên đi khám sức khỏe tình dục. Hãy nhớ hầu hết người mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) không xuất hiện các triệu chứng bệnh.
- **Uống rượu bia một cách chừng mực.** Uống rượu bia hoặc sử dụng ma túy có thể khiến quý vị khó có quyết định sáng suốt về quan hệ tình dục an toàn. Vui lòng xem chi tiết tại https://www.health.gov.au/health-topics/alcohol/ about-alcohol/how-much-alcohol-is-safe-to-drink
- **Không thụt rửa âm đạo** sau quan hệ tình dục bằng nước hay bằng dung dịch sát trùng. Thụt rửa âm đạo không giúp phòng tránh các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs), mà làm quý vị dễ bị nhiễm trùng hơn. Một số bài thuốc lưu truyền dùng cho viêm nhiễm âm đạo cũng có thể làm quý vị dễ mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) hơn.
- Có **vắc-xin** phòng bệnh mụn cóc sinh dục (hay sùi mào gà) gọi là vắc-xin HPV và vắc-xin phòng bệnh viêm gan siêu vi B. Tuy nhiên chưa có vắc-xin phòng các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) khác.

## How we prevent STIs?

- **Use condoms**. Condoms are the best protection against STIs, and can also prevent HIV and pregnancy. People should use condoms correctly and consistently:
  - Choose and use the right size (width) condom – small (45mm-51mm), regular (52mm -56mm) or large (56mm-60mm). ECCQ has a sample pack of condoms available for free. To order please go to www.eccq.com.au/bbv or email health@eccq.com.au
  - Condoms need to be kept in a cool place because they can be damaged by heat
  - Check the expiry date before using a condom
  - Use water based lubricant with condoms to prevent condoms from breaking
  - Do not use two or more condoms at the same time
  - Do not re-use condoms

*Condoms and water-based lubricant can be bought from supermarkets, chemists, petrol stations and convenience stores.*

- **Reducing the number of sexual partners.**
- **Having a sexual health check** if you have had sex while travelling in another country.
- **Having a sexual health check** if you have finished a relationship, before you start a new one or whenever you have had unsafe sex.
- **Avoid having sex** with a person if they have a lump, rash or sore on their genitals. Suggest that they have a sexual health check. But remember, most people with an STI will not show any symptoms.
- **Drink safely.** Drinking alcohol or taking drugs can make it difficult to make good decisions about having safe sex. Please find details at https://www.health.gov.au/health-topics/alcohol/about-alcohol/how-much-alcohol-is-safe-to-drink
- **Do not wash out vagina** with water or antiseptic solution after sex (this is called douching). Washing out the vagina does not protect against STIs, and instead, it can make it easier to be infected. Some traditional remedies used for vaginal infections can also make it easier to get an STI.
- There is a **vaccine** available for genital warts (HPV vaccine, and hepatitis B vaccine), but not for other STIs.

## Vắc-xin dự phòng Human Papilloma Virus (HPV)

Có trên 100 chủng HPV khác nhau. Một số chủng HPV gây ra mụn cóc sinh dục (sùi mào gà) và một số chủng HPV có thể gây **ung thư cổ tử cung, hậu môn, âm hộ, âm đạo, dương vật và họng.**

Vắc-xin chủng ngừa HPV rất an toàn, hiệu quả và có thể giúp bảo vệ chống lại những chủng HPV phổ biến gây ung thư và bệnh mụn cóc sinh dục (hay sùi mào gà). Đối với những bé từ 14 tuổi trở xuống, vắc-xin được tiêm hai lần cách nhau 6 đến 12 tháng.

Ở Úc, các bé gái và bé trai từ 12 đến 13 tuổi có thể được tiêm vắc-xin chủng ngừa HPV **miễn phí** ở trường, đây là một phần của Chương trình Tiêm chủng Vắc-xin Dự phòng HPV cấp Quốc gia. Những người từ 15 tuổi trở lên sẽ cần 3 mũi tiêm vắc-xin chủng ngừa HPV cách khoảng thời gian 0, 2, và 6 tháng.

### Vắc-xin chủng ngừa HPV đạt hiệu quả nhất nếu được tiêm trước lứa tuổi có quan hệ tình dục.

Tuy nhiên, vắc-xin chủng ngừa HPV không bảo vệ được tất cả các chủng HPV. **Tất cả phụ nữ trong độ tuổi từ 25 đến 74 nên được kiểm tra sàng lọc cổ tử cung cứ mỗi 5 năm.** Xét nghiệm sàng lọc cổ tử cung (The Cervical Screening Test) tìm kiếm HPV.

### Nếu phụ nữ mang thai mắc bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) thì sao?

Ở Úc, thông thường phụ nữ mang thai được làm xét nghiệm giang mai, HIV và viêm gan siêu vi B và C khi bắt đầu có thai và đôi khi làm xét nghiệm nhiều hơn một lần trong thai kỳ nếu họ có nguy cơ cao. Điều này là do các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) như giang mai có thể rất nguy hiểm cho bé. Điều trị bệnh và lên kế hoạch cẩn thận cho việc sinh nở có thể làm giảm thiểu nguy cơ nhiễm bệnh cho em bé.

## Human Papilloma Virus (HPV) vaccine

There are more than 100 different types of HPV. Some types of HPV cause genital warts and some can cause **cancers of the cervix, anus, vulva, vagina, penis and throat.** The HPV vaccine is very safe and effective and can protect against the most common types of HPV related cancers and genital warts. For those aged 14 and under, the vaccine is given as two injections 6 to 12 months apart. In Australia, girls and boys aged 12-13 can receive the **free** HPV vaccine in school, as part of the National HPV Vaccination Program. People aged 15 or older will need 3 injections at 0, 2 and 6 month intervals. **The HPV vaccine is most effective if given before people become sexually active.**

However, the HPV vaccine does not protect against all HPV types. **All women between the ages of 25 and 74 years should have a Cervical Screening Test every 5 years.** The Cervical Screening Test looks for HPV.

## What will happen if a pregnant woman has an STI?

In Australia, pregnant women are routinely tested for syphilis, HIV, hepatitis B and C at the start of their pregnancy and sometimes more than once during the pregnancy if they are at high risk. This is because STIs such as syphilis can be very dangerous for babies. Treatment and careful planning for the birth can reduce the risk of the baby being infected.

# Các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) phổ biến ở Úc- Tóm tắt

| Tên bệnh | Cách lây truyền | Xét nghiệm | Điều trị | Phòng bệnh | Hậu quả nếu không làm xét nghiệm và điều trị |
|---|---|---|---|---|---|
| Chlamydia | • Qua quan hệ tình dục<br>• Từ mẹ sang con khi sinh | • Nước tiểu<br>• Quệt bệnh phẩm vùng tổn thương | • Do vi khuẩn gây ra nên có thể chữa khỏi bằng kháng sinh phù hợp<br>• Có thể bị tái nhiễm sau khi chữa khỏi | **Sử dụng bao cao su**<br>Không có vắc-xin | • Vô sinh (khó có thai) ở cả đàn ông và phụ nữ<br>• Bệnh viêm vùng chậu (PID) và chửa ngoài tử cung ở phụ nữ (thai nằm ngoài tử cung) |
| Bệnh lậu | • Qua quan hệ tình dục<br>• Từ mẹ sang con khi sinh | • Nước tiểu<br>• Quệt bệnh phẩm vùng tổn thương | • Do vi khuẩn gây ra nên có thể chữa khỏi bằng kháng sinh phù hợp<br>• Có thể bị tái nhiễm sau khi chữa khỏi<br>• Tăng sự đề kháng thuốc | **Sử dụng bao cao su**<br>Không có vắc-xin | • Vô sinh (khó có thai) ở cả đàn ông và phụ nữ<br>• Bệnh viêm vùng chậu (PID) và chửa ngoài tử cung ở phụ nữ (thai nằm ngoài tử cung) |
| Bệnh giang mai | • Tiếp xúc trực tiếp với vết lở, loét khi quan hệ tình dục<br>• Phụ nữ có thai có thể lây sang bé | • Máu<br>• Quệt bệnh phẩm tại vết lở, loét | • Do vi khuẩn gây ra nên có thể chữa khỏi bằng kháng sinh phù hợp<br>• Có thể bị tái nhiễm sau khi chữa khỏi | **Sử dụng bao cao su**<br>Tránh tiếp xúc máu<br>Không có vắc-xin | • Gây tổn thương các cơ quan quan trọng như não, tim<br>• Sảy thai, thai chết lưu hay các vấn đề nghiêm trọng cho bé |
| Herpes sinh dục (hay mụn rộp sinh dục): các vết loét nhỏ vùng da cơ quan sinh dục | • Cơ thể tiếp xúc nhau (thường qua quan hệ tình dục)<br>• Từ mẹ sang con khi sinh: ít gặp | • Máu<br>• Quệt bệnh phẩm tại vết loét | • Do vi rút gây ra. Không chữa khỏi hẳn.<br>• Điều trị bằng thuốc tiêm, uống và kem bôi có thể giúp làm giảm triệu chứng (Cần hoàn tất liệu trình điều trị kể cả khi các triệu chứng đã biến mất) | **Sử dụng bao cao su** (có thể không giúp ngăn chặn sự lây truyền bệnh nếu bao cao su không che phủ hết các vết loét)<br>Không có vắc-xin | • Các vết loét có thể lan sang các nơi khác của cơ thể |
| Sùi mào gà (hay mụn cóc sinh dục): các u nhú không đau ở da vùng cơ quan sinh dục | • Cơ thể tiếp xúc nhau (thường qua quan hệ tình dục)<br>• Từ mẹ sang con khi sinh: rất hiếm gặp | • Khám lâm sàng | • Do vi rút gây ra. Không chữa khỏi hẳn.<br>• Các u nhú có thể được loại bỏ bằng đốt laser, cắt bỏ, làm lạnh hay bôi kèm tại chỗ | Có **vắc-xin** (HPV vắc-xin) | • U nhú có thể trở nên lớn, khó chịu, đau hay rất ngứa<br>• Ung thư cổ tử cung, dương vật, hậu môn hoặc họng (tùy thuộc vào vị trí nhiễm trùng) |

# Common STIs in Australia – Summary

| STI name | Transmission | Test | Treatment | Prevention | Consequences without testing and treatment |
|---|---|---|---|---|---|
| Chlamydia | • sexual contact<br>• mother to baby during birth | • urine tests<br>• swab taken from affected area | • caused by bacteria, therefore, can be cured with the correct antibiotic treatment<br>• can be reinfected after cure | **use condoms**<br><br>no vaccine | • infertility (difficulty having baby) in both men and women<br>• pelvic inflammatory disease (PID) and ectopic pregnancies (baby starts to develop in wrong place) in women |
| Gonorrhoea | • sexual contact<br>• mother to baby during birth | • urine tests<br>• swab taken from affected area | • caused by bacteria, therefore, can be cured with the correct antibiotic treatment<br>• can be reinfected after cure<br>• increased drug resistance problem | **use condoms**<br><br>no vaccine | • infertility (difficulty having a baby) in men and women<br>• pelvic inflammatory disease (PID) and ectopic pregnancies (baby starts to develop in wrong place) in women |
| Syphilis | • direct contact with sores/ lesions during any sexual contact<br>• mother to baby during pregnancy and/or birth<br>• blood but rare | • blood test<br>• swab taken from sore/ lesion | • caused by bacteria, therefore, can be cured with the correct antibiotic<br>• can be reinfected after cure | **use condoms**<br><br>avoid blood<br><br>no vaccine | • damage to vital organs, such as the brain or heart<br>• miscarriage, foetal death or serious problems for babies |
| Genital Herpes (small sores on the skin) | • close body contact (usually through sexual contact)<br>• mother to baby during birth - very low | • swab taken from open sore | • caused by viruses and cannot be cured<br>• treatments such as injection, oral medication, or applying cream onto affected area can help with symptoms (the full course of treatment must be finished even after symptoms disappear) | **use condoms**<br><br>(may not prevent transmission if affected areas are not covered)<br><br>no vaccine | • painful sores can spread to other parts of the body |
| Genital Warts (painless, raised bumps on skin around genitals) | • close body contact (usually through sexual contact)<br>• mother to baby during birth - rare | • physical examination | • caused by viruses and cannot be cured<br>• warts can be removed by freezing, cutting or laser (burning), or by applying a cream | **vaccine** is available (HPV vaccine) | • lumps can become big and uncomfort-able, painful or very itchy<br>• cancer of cervix, penis, anus or throat (depending on site of infection) |

# Frequently asked questions

# Các câu hỏi thường gặp

## Vi rút (hay siêu vi) và vi khuẩn là gì?

Vi rút và vi khuẩn là những vi sinh rất nhỏ có thể gây ra các bệnh truyền nhiễm. Có nhiều loại vi rút và vi khuẩn khác nhau có thể gây ra các bệnh khác nhau. Chúng ta không thể nhìn thấy vi rút và vi khuẩn bằng mắt thường nhưng chúng có thể lây truyền từ người này sang người khác qua các đường khác nhau như: qua máu, dịch cơ thể, thức ăn, đồ uống, nước tiểu, không khí v.v.

## Kháng nguyên và kháng thể là gì?

Kháng nguyên là thành phần của vi rút hoặc vi khuẩn. Kháng thể được tạo ra bởi hệ miễn dịch của cơ thể để chống lại vi rút hoặc vi khuẩn. Các kháng nguyên và kháng thể hiện diện trong máu, do đó xét nghiệm máu có thể cho biết một người đang mắc hay đã từng mắc một bệnh cụ thể nào đó bằng cách tìm sự hiện diện của kháng nguyên hoặc kháng thể của vi rút hoặc vi khuẩn đó.

## Sự khác biệt giữa vắc-xin, điều trị bệnh và chữa khỏi bệnh là gì?

**Vắc-xin** là một chế phẩm có thể giúp phòng tránh bệnh. Vắc-xin dành cho những người chưa bao giờ mắc bệnh. Khi một người đã mắc một bệnh nào đó, việc **điều trị bệnh** có thể kiểm soát được bệnh và không để bệnh tiến triển nặng hơn.

Điều trị bệnh đôi khi có thể chữa khỏi hẳn bệnh hay nhiễm trùng. **Chữa khỏi bệnh** nghĩa là người bệnh khỏi bệnh hoàn toàn sau khi được điều trị. Tuy nhiên người ta có thể bị tái nhiễm một số bệnh truyền nhiễm sau khi đã được chữa khỏi nếu họ vẫn phơi nhiễm lại các vi rút, vi khuẩn này.

## What are viruses and bacteria?

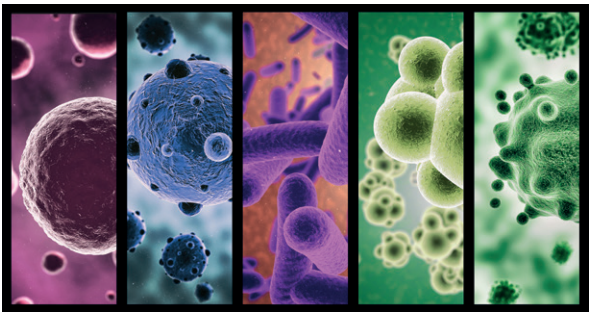
Viruses and bacteria are very small germs that can cause infectious diseases. There are many different viruses and bacteria that can cause different diseases. They cannot be seen with the naked eye but they can be passed between people through different ways such as blood, body fluids, food, drinks, urine, air and so on.

## What are antigens and antibodies?

Antigens are parts of viruses or bacteria. Antibodies are produced by the body's immune system to fight against viruses or bacteria by specifically targeting the antigen and blocking/destroying it. Antigens and antibodies exist in the blood, therefore, a blood test can identify if a person has a certain disease, or has had the disease in the past by looking for the antigen/antibody for that particular virus or bacteria.

## What is the difference between a vaccine, treatment and cure?

**A vaccine** is a product that can prevent people from getting a disease. It is for people who have never been infected. When people already have a disease, **treatment** can control the disease so it does not get worse. Treatment can sometimes cure a disease/infection. **A cure** means the person does not have the disease anymore after finishing treatment. However, people who are cured of some infections can still be reinfected.



## Khám sức khỏe tình dục là gì?

**Khám sức khỏe tình dục** là cuộc hẹn với nhân viên y tế như bác sĩ hay y tá để tư vấn về sức khỏe tình dục của quý vị và có thể làm xét nghiệm các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) hoặc các loại vi rút khác như HIV hoặc viêm gan siêu vi. Ở Queensland, quý vị có thể đi khám sức khỏe tình dục tại phòng mạch bác sĩ gia đình hoặc tại phòng khám sức khỏe tình dục, hoặc qua các dịch vụ kế hoạch hóa gia đình như True Relationships và Sức khỏe Sinh sản.

Nếu quý vị không có bất kỳ triệu chứng nào và chỉ muốn kiểm tra sức khỏe, bác sĩ gia đình là một lựa chọn tốt, miễn là quý vị cảm thấy thoải mái. Nếu quý vị có những quan ngại hơn về sức khỏe tình dục hoặc muốn gặp nhân viên y tế chuyên về sức khỏe tình dục, thì phòng khám sức khỏe tình dục hoặc địa điểm như True có thể tốt hơn cho quý vị.

Quý vị cũng nên gọi điện và đặt cuộc hẹn trước. Để biết danh sách các phòng khám sức khỏe tình dục ở Queensland, vui lòng truy cập trang web sau: https://www.health.qld.gov.au/clinical-practice/ guidelines-procedures/sex-health/services

## Kiểm tra sức khỏe tình dục bao gồm những gì?

Kiểm tra sức khỏe tình dục có thể bao gồm việc trả lời các câu hỏi về hoạt động tình dục hiện tại và trước đây, bao gồm số bạn tình và giới tính của bạn tình, các hình thức quan hệ tình dục và bất kỳ bệnh nếu có trong quá khứ.

Một số câu hỏi có thể khiến quý vị lúng túng hoặc khó trả lời nhưng điều quan trọng là phải nói sự thật. Điều này giúp bác sĩ làm các xét nghiệm phù hợp và đưa ra chẩn đoán chính xác. Quý vị không nên xấu hổ, cố gắng che giấu hoặc nói dối về các triệu chứng hoặc về việc mắc bệnh.

Với sự đồng ý của quý vị, bác sĩ có thể thăm khám lâm sàng và lấy mẫu máu, nước tiểu hoặc dịch tiết để làm xét nghiệm các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) phổ biến, HIV và viêm gan siêu vi. Quý vị có thể yêu cầu gặp bác sĩ, y tá nam hoặc nữ. Thông tin của quý vị sẽ được bác sĩ và y tá bảo mật.

## What is a sexual health check?

**A sexual health check** is an appointment with a health provider to talk about your sexual health and possibly to do testing for STIs or other viruses like HIV or hepatitis. In Queensland, you can get a sexual health check from your GP, or at a sexual health clinic, or through family planning services such as True Relationships and Reproductive Health. If you do not have any symptoms and you are just wanting a check-up, a GP is a good choice if you feel comfortable talking about your sexual health with the GP. If you have more complex sexual health concerns, or want to see someone who is more specialised, then a sexual health clinic or a place like *True* might be better for you. You should call and make an appointment first. For a list of sexual health clinics in Queensland, please see the following website: https://www.health.qld.gov.au/clinical-practice/guidelines-procedures/sex-health/services

## What does a sexual health check involve?

A sexual health check may involve answering questions about current and previous sexual activity, including the number and gender of sexual partner(s), the type of sex and any past illnesses. Some questions can be embarrassing or difficult to answer but it is important to tell the truth. This information helps the doctor to do the right tests and make the right diagnosis. People should not feel ashamed, try to hide, or lie about having an infection or symptoms.

With your permission, the doctor may do a physical examination and take samples of blood, urine or discharge to test for common STIs, HIV, and hepatitis. People can ask to see a male or female doctor or nurse. Doctors and nurses will keep your information confidential.

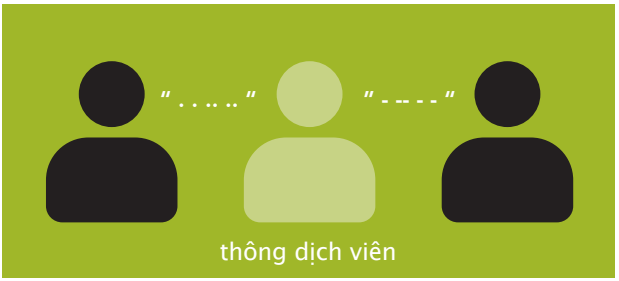
## Quý vị có thể mắc viêm gan siêu vi, HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) khi đi du lịch về thăm quê nhà hay không?

**Có thể.** Nếu quý vị cùng lúc mắc nhiều hơn một nhiễm trùng gọi là **"đồng nhiễm"**. Ví dụ, quý vị có thể mắc viêm gan siêu vi B và HIV cùng lúc, hoặc viêm gan siêu vi B và viêm gan siêu vi C cùng lúc, hoặc viêm gan siêu vi B và giang mai cùng lúc, v.v..

## Nếu quý vị không nói được tiếng Anh thì sao?

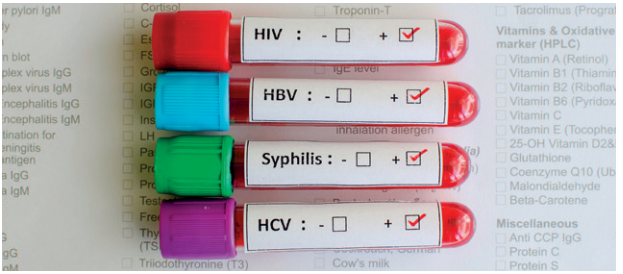
Nếu quý vị gặp khó khăn trong việc nói hoặc hiểu tiếng Anh, quý vị cần có thông dịch viên đạt chuẩn **miễn phí** khi đi gặp bác sĩ hoặc y tá.

Khi đặt lịch hẹn, quý vị cần báo bác sĩ biết nếu cần thông dịch viên và ngôn ngữ cần thông dịch (ví dụ thông dịch viên cho tiếng Việt). Điều này sẽ giúp bác sĩ đặt được đúng thông dịch viên quý vị cần. Quý vị có thể yêu cầu có thông dịch viên nam hoặc nữ. Người thông dịch phải bảo mật bất kỳ thông tin cá nhân nào của quý vị. Các thành viên trong gia đình không nên làm thông dịch viên.



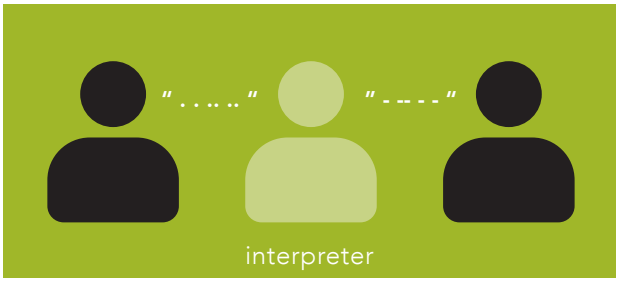
## Can people have more than one infection at a time?

**Yes.** People who are infected with more than one infection at one time have a **"co-infection"**. For example, people may have hepatitis B and HIV at the same time or hepatitis B and hepatitis C or hepatitis C and syphilis etc.




## What if people do not speak English?

People who have difficulty speaking or understanding English can ask for and should be provided with a **free** qualified interpreter when they see a doctor or nurse. When making an appointment people can ask for an interpreter to be booked. They should advise the required language or dialect and if they need a male or female interpreter. Interpreters are not allowed to share personal information about the person to other people. Family members should not be used as interpreters.



## Quý vị có thể mắc viêm gan siêu vi, HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) khi đi du lịch về thăm quê nhà hay không?

**Có thể.** Viêm gan siêu vi, HIV và các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) rất phổ biến ở nhiều nước. Quý vị nên thực hiện các biện pháp phòng ngừa để bảo vệ mình khỏi bị nhiễm bệnh khi đi du lịch nước ngoài. Quý vị nên:

- mang theo bao cao su và sử dụng chúng khi quan hệ tình dục.
- tránh làm các thủ thuật có nguy cơ tiếp xúc máu (như chích lễ).
- không dùng chung các vật dụng như dao cạo râu hoặc bàn chải đánh răng.
- uống nước đun sôi hoặc nước đóng chai và quan sát cẩn thận về cách chế biến thức ăn trước khi ăn.
- nếu đang được điều trị y tế, nha khoa, thẩm mỹ, xăm hoặc xỏ khuyên v.v.. quý vị nên chắc chắn rằng các dụng cụ và thiết bị được tiệt trùng đúng tiêu chuẩn.
- cân nhắc tiêm vắc-xin viêm gan siêu vi A và/hoặc vắc-xin viêm gan siêu vi B nếu quý vị chưa có miễn dịch.

## Quý vị có phải thông báo cho người khác biết quý vị mắc viêm gan siêu vi, HIV và/hoặc các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) hay không?

Ở Queensland, quý vị không phải thông báo cho người khác biết nếu quý vị mắc bất kỳ các bệnh truyền nhiễm nào trong sổ này, ngoại trừ một số trường hợp (thông tin chi tiết tại www.halc.org. au). Nếu quý vị có khả năng đã nhiễm viêm gan siêu vi, HIV hoặc một bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) từ một ai đó, quý vị cần phải biết và cần làm xét nghiệm. Nếu quý vị thấy khó hay không thể kể những quan hệ hay những bạn tình trong quá khứ, bác sĩ hoặc y tá có thể giúp quý vị. Các thông tin bất kỳ của quý vị sẽ được bảo mật. Quá trình này được gọi là **truy vết**. Truy vết giúp ngăn chặn sự lây lan của bệnh truyền nhiễm và đảm bảo rằng tất cả những người mắc bệnh truyền nhiễm đều được điều trị. Các nhân viên tại Phòng khám Sức khỏe Tình dục đều được đào tạo để cung cấp dịch vụ một cách hữu ích và bảo mật.

***Quý vị cần đặc biệt lưu ý: để không lây truyền viêm gan siêu vi, HIV, hoặc các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) cho người khác bằng cách sử dụng bao cao su và cẩn thận không để bất kỳ ai tiếp xúc với máu của quý vị.***

## Can people get hepatitis, HIV and STIs when they travel to their home country?

**Yes.** Hepatitis, HIV and STIs are common in many countries. People should take precautions to protect themselves from infection whilst traveling overseas. People should:

- take condoms and use them for sexual activities
- avoid practices involving blood
- never share grooming products such as razors or toothbrushes
- drink boiled or bottled water and be careful about how food is prepared before eating
- ensure sterile equipment is used if having medical, dental or cosmetic procedures, tattoos, piercings and so on
- Consider getting the hepatitis A and/ or hepatitis B vaccine if you do not have immunity

## Do people have to tell others that they have hepatitis, HIV and/or STIs?

In Queensland, people do not have to tell other people if they have any of these infections, except in a few circumstances (www.halc.org.au). If there is a possibility that a person has become infected with hepatitis, HIV or an STI from another person, this person needs to know and to be tested. If it is difficult or not possible for a person to tell their past contacts, a doctor or nurse can help them, and they will not give any information about the person. This process is called **contact tracing.** Contact tracing helps to stop the spread of infections and ensures that all people who have an infection can get treatment. The staff at Sexual Health Clinics are trained to provide a helpful and confidential service.

***People need to take special care not to pass on hepatitis, HIV, or STIs to other people, by using appropriate protection and being careful not to let anyone come into contact with their blood.***

## Úc có đối xử công bằng với người mắc viêm gan siêu vi, HIV và bệnh lây truyền qua đường tình dục (STIs) hay không?

Tại Úc, việc phân biệt đối xử với những người chỉ vì họ mắc viêm gan siêu vi, HIV, bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI), hoặc bất kỳ tình trạng bệnh lý nào khác là vi phạm pháp luật. Những người mắc bệnh truyền nhiễm này có thể nhận được sự hỗ trợ từ các tổ chức khác nhau.

Họ phải nhận được chất lượng dịch vụ và cơ hội giống như những người khác. Mắc viêm gan siêu vi, HIV, bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI) sẽ không ảnh hưởng đến việc làm, giáo dục, trợ cấp Centrelink hoặc tình trạng thị thực (visa) hiện tại của họ.

Những người bị phân biệt đối xử nên liên hệ với Ủy ban Chống Phân biệt Đối xử Queensland tại **www.qhrc.qld.gov.au**

### Để biết thêm chi tiết, vui lòng liên lạc:

Hội đồng Các Cộng đồng Sắc tộc Thiểu số bang Queensland (ECCQ)

**Trang web tiếng Việt:** www.eccq.com.au/bbv-vietnamese

**Điện thoại tiếng Việt:** 0428 223 052

**Email tiếng Việt:** vietnamese@eccq.com.au

**Facebook tiếng Việt:** Người Việt Và Gan Abc

## Queensland Health

**Website:** www.health.qld.gov.au/sexhealth

## Does Australia treat people with hepatitis, HIV, and STIs fairly?

In Australia, it is against the law to treat people unfairly because they have hepatitis, HIV, an STI, or any other medical condition. People who have an infection can receive support from various organisations.

People who have these infections should get the same quality of services and the same opportunities as everyone else. Having hepatitis, HIV, or STIs should not influence their employment, education, Centrelink payments or current visa status. People who experience discrimination should contact the Anti-Discrimination Commission Queensland at **www.qhrc.qld.gov.au**

## Further Information

Ethnic Communities Council of Queensland (ECCQ)

**Website:** www.eccq.com.au/bbv

**Phone:** 07 3844 9166

**Email:** health@eccq.com.au

## Queensland Health

**Website:** www.health.qld.gov.au/sexhealth

Tài liệu được soạn thảo bởi ECCQ, tài trợ bởi Queensland Health.

Dịch năm 2021.

This resource was produced by ECCQ with funding from Queensland Health.

Translated 2021.

Ethnic Communities
Council of Queensland