



Ethnic Communities  
Council of Queensland

Chương trình Viêm gan, HIV/AIDS và Sức khỏe Tình dục  
Ethnic Communities Council of Queensland (ECCQ)  
Hội đồng các Cộng đồng Sắc tộc Thiểu số bang Queensland

# Lời Chúc mừng Giáng sinh từ Chương trình Viêm gan, HIV / AIDS và Sức khỏe Tình dục thuộc Hội đồng các Cộng đồng Sắc tộc Thiểu số bang Queensland (ECCQ)

Trong không khí chuẩn bị cho Giáng sinh và chào tạm biệt năm 2020, có một số điều quan trọng chúng ta cần nhớ.

COVID-19 đã và đang gây ra nhiều gián đoạn và thay đổi trong cuộc sống thường nhật của chúng ta. Chúng bao gồm cách thức, thời gian và địa điểm chúng ta làm việc và cách chúng ta thực hiện công việc thông thường của mình. Chúng ta biết rằng các giới hạn trong dịch COVID-19 bao gồm giãn cách xã hội và giữ khoảng cách với nhau đã làm rất nhiều người phải trì hoãn nhiều việc mà họ thường làm như đi nghỉ, thăm viếng gia đình, bạn bè, và kiểm tra sức khỏe định kỳ.

Chuẩn bị bước sang năm 2021, chúng ta nên tiếp tục hoặc tái lập lại việc thăm khám và theo dõi bệnh định kỳ đúng như khuyến cáo dành cho các bệnh mạn tính, bao gồm viêm gan siêu vi B.

Bệnh viêm gan siêu vi B không được theo dõi định kỳ sẽ làm tăng khả năng bỏ sót việc phát hiện ra các tổn thương có thể hồi phục đang hình thành ở gan. Ngoài ra, ung thư đang hình thành thông thường có thể được điều trị mà ít gây ảnh hưởng đến sức khỏe và trạng thái thoải mái của chúng ta.

Mặc dù chúng ta đã rất may mắn nếu xét về số lượng người mắc COVID-19 ở Úc, trong năm 2021 chúng ta cũng cần tiếp tục lưu tâm. Tất cả chúng ta cần phải

duy trì sức khỏe tốt để giúp chống lại vi rút và đảm bảo chúng ta có thể tiếp tục sống cuộc sống bình thường nhất có thể.

Vì vậy, nếu quý vị chưa kịp làm bất kỳ các xét nghiệm thông thường hoặc theo dõi tình trạng sức khỏe trong năm 2020, hãy ưu tiên đến gặp bác sĩ để sớm được kiểm tra. Đặc biệt nếu quý vị có bất kỳ triệu chứng quan ngại nào mà quý vị chưa được thăm khám và làm xét nghiệm. Tốt hơn quý vị nên hỏi bác sĩ thay vì cố gắng tự chẩn đoán bằng cách tra cứu trên internet hoặc nghe theo lời khuyên từ những người không có chuyên môn.

Thông điệp của chúng tôi cho năm 2021 rất đơn giản, hãy tiếp tục cảnh giác với các triệu chứng sức khỏe mà quý vị quan ngại và hãy theo dõi sức khỏe định kỳ theo đúng khuyến cáo.

Chúng tôi chúc quý vị một mùa lễ Giáng sinh an lành và hạnh phúc, mong một năm mới đầy ắp kỷ niệm hạnh phúc và quan trọng nhất là sức khỏe tốt.

**Vui lòng liên lạc chúng tôi để tìm hiểu thêm thông tin bằng nhiều ngôn ngữ khác nhau:**

Trang điện tử: [www.eccq.com.au/bbv](http://www.eccq.com.au/bbv)  
Điện thoại tiếng Anh: 07 3844 9166  
Email tiếng Anh: [health@eccq.com.au](mailto:health@eccq.com.au)

**Để tìm hiểu thêm thông tin và nhận sự trợ giúp tiếng Việt, vui lòng liên lạc:**

Điện thoại tiếng Việt: 3844 3122 hoặc 0428 223 052

Email tiếng Việt: [vietnamese@eccq.com.au](mailto:vietnamese@eccq.com.au)

Website: [www.eccq.com.au/bbv-vietnamese/](http://www.eccq.com.au/bbv-vietnamese/)

Facebook: Người Việt Và Gan Abc

\*Tất cả thông tin quý vị đều được bảo mật\*

**Tại Cairns, quý vị vui lòng liên lạc:**

HIV, Viral Hepatitis, Sexual Health Coordinator

Cairns Sexual Health Service

381 Sheridan St, Cairns North, QLD, 4870

Điện thoại tiếng Anh: 07 4226 4760

Chương trình Viêm gan, HIV/AIDS và Sức khỏe Tình dục thuộc chương trình các bệnh do virus lây qua đường máu và các bệnh lây truyền qua đường tình dục (BBV&STIs), được tài trợ bởi Queensland Health, để cung cấp thông tin và các trợ giúp liên quan đến các bệnh do virus lây qua đường máu và các bệnh lây truyền qua đường tình dục cho người nhập cư và người tị nạn khắp Queensland.

