



# Bệnh Haemochromatosis

Tờ Thông Tin Về Bệnh  
Phát hành Tháng Tư 2020

## Khái niệm chung

Bệnh haemochromatosis (bệnh ứ sắt, thừa sắt) khiến cơ thể hấp thụ quá nhiều chất sắt từ thức ăn. Bệnh này có tính chất di truyền, có nghĩa là được di truyền từ cha mẹ sang con cái. Một số người mắc bệnh haemochromatosis sẽ phát sinh các vấn đề, trong khi những người khác thì không.

Bệnh haemochromatosis có thể dẫn đến bệnh tim, tiểu đường và bệnh gan. Tuy nhiên, phương pháp điều trị rất đơn giản.

## Bác sĩ gia đình của tôi sẽ làm gì?

Bác sĩ sẽ theo dõi mức độ sắt của quý vị. Nếu mức độ này cao, bác sĩ có thể cần sắp xếp để quý vị được trích máu tĩnh mạch. Trích máu tĩnh mạch là loại bỏ một lượng máu an toàn để giảm lượng sắt trong cơ thể quý vị.

Bác sĩ cũng có thể:

- Lên lịch khám sức khỏe định kỳ để xem xét quá trình điều trị của quý vị
- Hướng dẫn quý vị về các cách thức cho lối sống lành mạnh và cách làm giảm lượng sắt hấp thụ của quý vị
- Khám sàng lọc người thân của quý vị để phát hiện bệnh haemochromatosis
- Giới thiệu quý vị đến bác sĩ chuyên khoa nếu quý vị cần hỗ trợ thêm

## Tôi nên làm gì?

Tiếp tục thăm khám với bác sĩ gia đình của quý vị thường xuyên. Thực hiện theo kế hoạch điều trị của quý vị. Hãy nói chuyện với bác sĩ về việc giới thiệu đến bác sĩ chuyên khoa nếu quý vị cảm thấy các triệu chứng của mình không được cải thiện. Hãy tránh:

- **Thực phẩm bổ sung sắt** – những thực phẩm này có thể làm tăng lượng sắt của quý vị
- **Thực phẩm bổ sung vitamin C** – có thể làm tăng lượng sắt mà cơ thể quý vị hấp thụ
- **Rượu** – việc lạm dụng rượu quá mức sẽ khiến bác sĩ gia đình khó kiểm tra mức độ sắt của quý vị và có thể dẫn đến phương pháp điều trị không cần thiết

## Tôi nên hỏi bác sĩ của mình những gì?

Việc hiến máu có giúp ích gì không?

Tôi nên tránh những điều gì?

Những phương pháp điều trị nào có thể hỗ trợ?

Tôi có thể nói chuyện với ai nếu tôi cần hỗ trợ?



## Có những dịch vụ hỗ trợ nào?

**Dịch Vụ Máu của Hội Chữ Thập Đỏ Úc** cung cấp dịch vụ trích máu tĩnh mạch cho những người đủ điều kiện hiến máu. Bác sĩ gia đình của quý vị có thể đăng ký chương trình này cho quý vị và họ sẽ liên lạc với quý vị để lên lịch hẹn.

**Khu Vực Y Tế Địa Phương Tây Nam Sydney** cũng cung cấp dịch vụ trích máu tĩnh mạch thông qua các cơ sở chăm sóc di động của bệnh viện nếu bệnh nhân không đủ điều kiện để hiến máu.

Một số bác sĩ gia đình cũng điều hành các phòng khám có dịch vụ trích máu tĩnh mạch của riêng họ. Bác sĩ gia đình của quý vị sẽ giới thiệu quý vị đến phòng khám nào phù hợp với quý vị.

**Ứng Dụng Kiểm Soát Lượng Sắt của Tôi** giúp quý vị quản lý việc điều trị bệnh haemochromatosis. Ứng dụng này bao gồm danh mục các trung tâm hiến máu, một công cụ trực tuyến để ghi lại kết quả các xét nghiệm máu và lịch sử trích máu tĩnh mạch và lịch để quản lý các lịch hẹn của quý vị. Tất cả dữ liệu được lưu trữ trên thiết bị và không tải lên internet. Ứng dụng an toàn, bảo mật và dễ sử dụng. [Tải ứng dụng tại đây.](#)

## Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- **Lifeblood của Hội Chữ Thập Đỏ Úc** – Tôi cần biết về bệnh haemochromatosis: [transfusion.com.au](https://www.lifeblood.com.au)
- **Bệnh haemochromatosis tại Australia:** [haemochromatosis.org.au](https://www.haemochromatosis.org.au)
- **Bệnh haemochromatosis tại Úc** – giải thích về bệnh haemochromatosis (video): [youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=...)

Thông tin này dành cho người đã được bác sĩ chẩn đoán bệnh. Nó không được soạn ra để dùng chẩn đoán bệnh hoặc thay thế cho việc chăm sóc y tế đang tiếp diễn

Các tờ thông tin thuộc Danh Mục Tài Nguyên Y Tế (Health Resource Directory) được sự chuẩn y của Ủy Ban Tư Vấn Cộng Đồng thuộc Mạng Lưới Y Tế Cơ Bản Tây Nam Sydney (South Western Sydney PHN's Community Advisory Committee) và của các bác sĩ gia đình tại địa phương

**phn**  
SOUTH WESTERN  
SYDNEY

An Australian Government Initiative