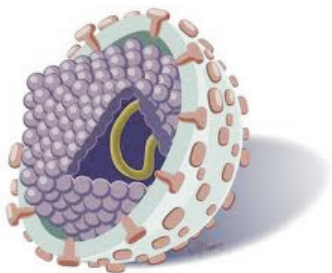




C HEPATĪTS

**BROŠŪRA CILVĒKIEM,
KURI TESTĒJAS UZ C HEPATĪTA ANTIVIELĀM**



Rīga 2011

**«C hepatīts: Brošūra cilvēkiem,
kuri testējas uz C hepatīta
antivielām»**



Par šā informatīvā izdevuma tekstu pilnībā atbild biedrība *Apvienība HIV.LV* un tā ir neatkarīga savos spriedumos un brīvi izvēlas realizējamās aktivitātes. Izdevums nevar aizvietot pilnvērtīgu pirms- un pēctesta medicīnas darbinieka konsultāciju!

Izdevējs: Biedrība *Apvienība HIV.LV*
www.apvienibahiv.lv



Redaktūra, dizains: Biedrība *Apvienība HIV.LV*

Makets, druka: SIA *Aider dizains*

Šī brošūra tiek izplatīta bezmaksas

Rīga 2011

C HEPATĪTS

Šī brošūra domāta cilvēkiem, kas ir veikuši eksprestestu, lai uzzinātu vai nav inficējušies ar C hepatīta vīrusu. Nelielajā izdevumā nav iespējams sniegt atbildes uz visiem jautājumiem un, protams, vissvarīgāko informāciju Jūs varat saņemt pie sava ārstējošā ārsta.

Brošūrā īsi ir aprakstītas aknu funkcijas, kas ir hepatīts, kā ar to var inficēties, kā tas norit un ko darīt, ja esiet inficējies.

AKNAS UN TO FUNKCIJAS

Aknas ir lielākais iekšējais orgāns, kas aizņem gandrīz visu labās parības dobumu. Aknas tiek dēvētas arī par cilvēka organisma laboratoriju, kas piedalās olbaltumvielu, tauku, ogļhidrātu u.c. vielu vielmaiņā. Aknas ir organisma filtru sistēma, kas tīra no zarnu trakta uz sirdi plūstošās asinis, kurās bez uzņemtajām uzturvielām ir arī daudz organismam kaitīgu vai pat indīgu vielu.

KO DARA AKNAS

- Filtrē asinis, kas atplūst no gremošanas trakta. Tas pasargā organismu no toksiskām vielām un neļauj saslīmt.
- Sargā enerģijas rezerves, kuras nepieciešamas smadzenēm un muskuļiem.
- Piedalās cukura līmeņa regulēšanā asinīs, kontrolējot holesterīna, dažu hormonu un fermentu daudzumu.
- Piedalās vielmaiņā, pārstrādā asinīs nokļuvušās ķīmiskās vielas, padara nekaitīgus bīstamus vielmaiņas produktus.

- Ražo un izdala žulti, veic detoksikāciju un izdala kopā ar žulti dažādus vielmaiņas produktus, toksīnus, zāles.
- Regulē cirkulējošo asins daudzumu, piedalās asins recēšanā. Kad aknas pārstāj darboties, tiek traucēta asins recēšana un cilvēks var noasiņot.
- Sintezē olbaltumus.
- Sintezē A vitamīnu, krāj D, K, PP un B grupas vitamīnus.
- Krāj dzelzi, kurš piedalās hemoglobīna ražošanā, un vitamīnu B-12.
- Ķīmiski apstrādā hormonus.

KAS IR C HEPATĪTS

Par hepatītu sauc cilvēka aknu iekaisumu. Hepatītam var būt dažādi cēloņi. To var radīt vīrusu infekcijas, parazīti, inficētu asiņu pārliešana vai arī veselībai kaitīgas vielas, kuras iekļūst cilvēka organismā, piemēram, alkohols, zāles, toksīni. C hepatīts (saīsinājumā HCV) ir hroniska aknu slimība, kuru ierosina C hepatīta vīruss.

C hepatīta vīrusu atklāja 1989. gadā, un tikai 1992. gadā pasaulē ieviesa obligātu visu donoru asiņu un tās produktu pārbaudi uz C vīrusa antivielām (anti-HCV), tāpēc līdz tam Latvijā un citur pasaulē ar šo hepatītu galvenokārt inficējās ar asinīm medicīnisku manipulāciju laikā. Šodien intravenozi lietoto narkotiku straujā izplatīšanās visās pasaules valstīs, kad daudzkārtēji tiek lietota viena šļirce, tiek uzskatīts par vienu no galvenajiem C hepatīta izplatīšanās cēloņiem. Intravenozo narkotiku lietotāji ar HCV inficējas četras reizes biežāk nekā ar HIV.

- Latvijā varētu būt aptuveni 39000 cilvēku inficēti ar C hepatīta vīrusu. Tas nozīmē, ka 1,7% Latvijas

iedzīvotāju ir inficēti, tātad uz katriem 100000 iedzīvotāju ir 1714 inficēto. Patiesībā inficēto skaits ir Latvijā varētu būt krietni lielāks, jo daudzi par to nemaz nenojauš – slimība ilgstoši norit nemanāmi.

- Ik gadu reģistrē vairāk nekā 1000 jaunu inficēšanās gadījumu. Apmēram 30% inficēto nav skaidrs, kā tas varēja notikt.

C hepatīts ir potenciāli bīstams dzīvībai, jo:

- 15–20% gadījumos slimība pāriet akūtā formā;
- 55–86% gadījumos slimība iegūst hronisku formu;
- 20–30% gadījumos rodas komplikācijas – sākas aknu ciroze, kas var ilgt 20–30 gadus.

C hepatīta bīstamību paaugstina tā slēptā norise, aprūtinātā savlaicīgā diagnostika. Vēl joprojām nav izdevies radīt efektīvu vakcīnu C hepatīta profilaksei.

KĀ VAR INFCĒTIES AR C HEPATĪTU

Ar C hepatītu var inficēties inficētām asinīm iekļūstot cilvēka asinsritē.

Seksuālo kontaktu laikā var inficēties, ja kontakts ir traumatisk (asiņains), piemēram, anālais dzimumakts, dzimumakts menstruāciju laikā.

Jāzina, ka dažkārt dzimumakta laikā rodas mikrotraumas, kas nerada diskomfortu un cilvēks tās var nepamanīt. Heteroseksuāla kontakta laikā inficējas **4–10%** ar HCV inficēta cilvēka dzimumpartneru.

Sadzīvē, piemēram, lietojot kopīgus skuvekļus, manikīra piederumus, zobu birsti, ar C hepatīta vīrusu var inficēties **~5%** gadījumu.

Ja tēvam ir C vīrushepatīts, bet topošā māte ir vesela, iznēsājot mazuli, risks bērnam ir 0%. Savukārt ar C hepatītu inficētā māte dzemdību laikā bērnu var inficēt **5–7%** gadījumu, neatkarīgi no tā, vai tas dzimst dabiskā veidā vai tiks veikta operācija, jo mazulim abējādi notiks saskarsme ar lielu daudzumu inficēto asiņu.

CIK LIELA IR IESPĒJA INFCĪT CITUS CILVĒKUS

Apkārtējie cilvēki ne ar ko neriskē, kamēr nesaskaras ar jūsu inficētajām asinīm. Praktiski tas nozīmē, ka jūs nedrīkstat dot nevienam priekšmetus, kuri varētu būt bijuši kontaktā ar jūsu asinīm, piemēram, zobu birste, skūšanās piederumi vai manikīra piederumi, šļirces.

Atšķirībā no HIV, kurš ārpus cilvēka organisma iet bojā minūšu laikā, C hepatīta vīruss saglabā savas inficējošās īpašības vairākas dienas vai pat nedēļas, pat sakaltušās asinīs. Tieši tāpēc nedrīkst dalīties ar priekšmetiem, kuri var saturēt kaut vai mikroskopiskas asins daļiņas.

Tieši tāpat kā ar HIV, arī ar C hepatītu jūs nevarat citus inficēt ar pieskārieniem, skūpstiem, lietojot kopīgus traukus un galda piederumus.

C HEPATĪTA NORISE

C hepatīts visbiežāk norit nemanāmi, ilgstoši slēpti, ~20 gadus ilgi, bieži līdz pat aknu cirozes un aknu vēža attīstībai. Tāpēc hronisko C hepatītu salīdzina ar aisbergu un dēvē arī par „**klusu slepkavu**”.

C hepatīta inkubācijas periods var būt 3–12, vidēji **7 nedēļas ilgs**.

Ap **75%** cilvēku C hepatīts parasti norit slēpti, neredzami, bez simptomiem, bez dzeltes.

Tikai ~**25%** cilvēku C hepatīts norit ar klīniskiem simptomiem.

Dzelte, kas parasti parādās pie aknu slimībām, parādās tikai ~30% cilvēkiem, kas ir inficējušies ar hepatīta C vīrusu (HCV).

Biežākie akūta C hepatīta simptomi ir nogurums, slikta apetīte, nelaba dūša, vemšana, smaguma sajūta labajā parībā un/vai pakrūtē un dzelte.

Ap **80–85%** gadījumu akūts C hepatīts nemanāmi pāriet hroniskā formā.

Arī hroniskā C hepatīts norise biežāk ir slēpta, ar nespecifiskiem simptomiem. Visbiežāk pacienti jūt nogurumu, depresiju, apetītes trūkumu, nelabu dūšu, spiedienu – nelielas sāpes labajā parībā un/vai pakrūtē. Turklāt tādus hepatīta simptomus kā nelaba dūša, sāpes vēderā, locītavu un muskuļu sāpes, vēdera izejas traucējumus var izraisīt arī citas kuņģa un zarnu slimības.

KĀ C HEPATĪTA VĪRUS BOJĀ AKNAS

C hepatīta vīruss tiešā veidā aknas nebojā. Pēc inficēšanās ar vīrusu imūnā sistēma cenšas attīrīt aknas no inficētajām šūnām, kas noved pie ilgstoša aknu iekaisuma un vēlāk pie šūnu sarētošanās. Tā rezultātā aknas kļūst mazāk elastīgas un tiek traucēta asins un citu šķidrums cirkulācija. Problēmas sākas tikai tad, kad aknas ir tiktāl bojātas, ka vairs nespēj veikt savas funkcijas.

KAS JĀDARA, LAI PALĪDZĒTU AKNĀM

Jums vajadzētu:

- Veikt vakcinēšanos pret A un B hepatītiem. Inficēšanās ar šiem vīrusiem pasliktina C hepatīta norisi.

- Samazināt alkohola lietošanu vai atteikties no tā.
- Saglabāt adekvātu svaru. Pārmērīgs svars veicina aknu aptaukošanos, kas apgrūtina to funkciju veikšanu.
- Dzert vairāk ūdeni, lai palīdzētu organismam attīrīties no šlakvielām.
- Ēst vairāk svaigus dārzeņus, augļus.
- Ēst netreknu biezpienu, jogurtu, rūgušpienu, kefīru, kā arī liesu, vārītu liellopu un putnu gaļu, kā arī netreknas zivis mērenā daudzumā.

Jums vajadzētu lietot uzturā **mazāk**:

- Produktus ar augstu tauku saturu – kūkas, trekna gaļa, trekni piena produkti.
- Produktus ar augstu olbaltumvielu saturu, tādus kā liellopu gaļa, mājputnu baltā gaļa, olas.
- Produktus ar augstu dzelzs saturu, tādus kā spināti, aknas.
- Kafiju un kofeīnu saturošus dzērienus, bet daži zinātnieki uzskata, kā tieši 2–3 tases dabīgās kafijas dienā ir ļoti veselīgi slimojot ar C hepatītu.
- Ēst pēc iespējas mazāk treknu, sāļu, saldu.
- Nevajag lietot ceptus produktus.
- No uztura jāizslēdz asās piedevas, konservi.

TESTĒŠANA UZ C HEPATĪTU

Testēšana uz C hepatītu notiek divos etapos. Pirmais tests (exprestests) nosaka C hepatīta vīrusa (HCV) antivielu esamību asinīs. Antivielas ir asins seruma olbaltumvielas, kuru sintēzi ierosina kāds infekciju slimību ierosinātājs (mikroorganisms), kas ar šo mikroorganismu specifiski reaģē.

Ja testa rezultāts ir pozitīvs, iespējami divi varianti:

- Esat kādreiz bijis inficēts ar C hepatītu un jūsu organisms ir ticis ar to galā, tas ir, jūs neesat slims ar C hepatītu. Apmēram 20% cilvēku pašizārstējas no C hepatīta. Jūs nevarat ar to inficēt citus cilvēkus. Cilvēkiem, kuri ir pašizārstējušies no C hepatīta vīrusa, antivielas saglabājas uz daudziem gadiem. Jāzina, ka antivielu esamība nepasargā no atkārtotas inficēšanās ar C hepatīta vīrusu.
- Esat inficēts ar C hepatītu un jums jāveic apstiprinošā diagnostika.

Uz apstiprinošo diagnostiku jūs var nosūtīt ģimenes ārsts. Apstiprinošā diagnostikā nosaka C hepatīta vīrusa RNS, vīrusa ģenētisko materiālu un vīrusa slodzi asinīs, tas ir, cik daudz vīrusu peld vienā mililitrā asiņu. Arī šajā gadījumā iespējami divi varianti:

- Ja jums ir noteikta vīrusa slodze – jūs esat inficēts ar C hepatīta vīrusu.
- Ja vīrusa slodze nav nosakāma, jums jāveic vēl viens tests pēc 6 mēnešiem, ja arī tad vīrusa slodzi nevar noteikt – jūs neesat inficēts ar C hepatītu.

HCV TESTI UN TO REZULTĀTU NOZĪME

Diagnoze	Testa uz antiviēlām rezultāts	HCV RNS (vīrusu slodzes tests)	Alaninamino-transferāze (ALAT: aknu ferments)
Izārstēta HCV infekcija pagātnē	Pozitīvs (reaktīvs)	Pēc divu testu, kas veikti vismaz ar 6 mēnešu intervālu, rezultātiem – nenosakāma	Var būt normas robežās, mainīties vai strauji paaugstināties
Akūta HCV infekcija	Negatīvs, 2–6 nedēļu laikā kļūš pozitīvs	Nosakāma pēc 1–2 nedēļām kopš inficēšanās, parasti ļoti augsta	7–10 reizes var pārsniegt normālo līmeni
Hronisks C hepatīts	Pozitīvs (reaktīvs)	Nosakāma	Normas robežās, var mainīties vai paaugstināties

Pēc tam, kad tiks apstiprināts, ka jums ir C hepatīta vīruss, jums veiks vairākas analīzes – noteiks vīrusa genotipu, testus uz A, B hepatītiem, vispārējo asins ainu, aknu fermentu (ALAT, ASAT) stāvokli un citas.

Ir atklāti vismaz 6 C hepatīta vīrusa genotipi ar vairākiem apakštīpiem, svarīgi tos noteikt, lai piemērotu atbilstošu ārstēšanu, kad tā būs nepieciešama.

ALAT un ASAT (jeb ALT un AST) ir specifiski aknu fermenti, kas veic noteiktas funkcijas. Tam, ka šie rādītāji ir paaugstināti var būt dažādi iemesli, bet tas liecina, ka jūsu aknām ir grūtības savu funkciju veikšanā.

ĀRSTĒŠANA

Jāatzīst, ka C hepatīta ārstēšana ir kompleksa un sarežģīta, un ārstēšanas kursa ilgums katram pacientam ir individuāls (24 līdz 48 nedēļas!) Par izārstētiem uzskata pacientus, kuriem terapijas kursa laikā un 6 mēnešus pēc ārstēšanas kursa beigšanas C hepatīta vīrusu RNS asinīs vairs nekonstatē. Atsevišķos gadījumos reakcija uz ārstēšanu ir īslaicīga un nenoturīga. Tad kopā ar ārstējošo speciālistu jāmeklē citas preparātu kombinācijas pilnvērtīga ārstēšanas efekta sasniegšanai.

AKNU BIOPSIJA

Aknu biopsija nozīmē, ka tiks paņemts nelielu aknu audu paraugu, un izpēta to zem mikroskopa.

Šis paņēmieni tiek uzskatīts var vislabāko variantu aknu sasilšanas izpētīšanai. Minētā izmeklēšana ļauj noteikt aknu sasilšanas stadiju (sarētošanās skaitu, fibrozi) un pakāpi (bojājumu līmeni, kas novedīs pie sarētošanās nākotnē). Var noteikt arī aknu sasilšanas iemeslus. Biopsijas rezultāti var palīdzēt pieņemt lēmumu attiecībā uz ārstēšanās nepieciešamību, jo parāda cik lielā mērā aknas ir bojātas. Neskatoties uz diskomfortu un sarežģījumu iespējamību, tas ir svarīgs aknu novērošanas veids pie ilgstošas sasilšanas. Tieši tāpēc pie hroniska C hepatīta un īpaši pirms ārstēšanās uzsākšanas iesaka veikt biopsiju.

- HCV ārstēšana ir efektīvāka akūtas infekcijas periodā, un to bieži iesaka HIV pozitīviem vīriešiem, kas ieguvuši HCV dzimumceļā;
- Pacientiem ar mierīgu sasilšanas norisi nav vajadzīga steidzama ārstēšana;

- Ārstēšanu rekomendē pacientiem vidējā saslīmšanas stadijā, t.i. ar nozīmīgiem aknu bojājumiem, jo viņiem pastāv cirozes attīstības risks;
- Var piedāvāt ārstēšanu pacientiem ar kompensētu cirozi, taču tā, visticamāk nebūs efektīva, bet blakusefekti būs ļoti nopietni. Dotajā situācijā nepieciešama uzmanīga novērošana;
- Pacientus ar dekompensētu cirozi nevar ārstēt. Tādā situācijā vienīgā izeja ir aknu transplantācija.

KĀ ĀRSTĒ HCV

C hepatītu ārstē ar divu preparātu kombināciju: ar pegilēto interferonu (PegIFN) un ribavirīnu (RBV).

Interferons – tas ir mākslīgi radīts analogs ķīmiskai vielai, kuru izstrādā cilvēka organisms un kas strādā pret HCV divos virzienos. No vienas puses tas cīnās tieši ar pašu vīrusu, bet no otras puses stimulē imūnsistēmu cīņai ar vīrusu. Pegilētais – tas nozīmē, ka interferonam tiek pielipināta neliela molekula, kas palīdz tam ilgāk saglabāties cilvēka organismā, tādā veidā paaugstinot tā efektivitāti. Tas nozīmē, ka jums ir nepieciešama viena injekcija nedēļā.

C HEPATĪTA ĀRSTĒŠANAS BLAKUSEFEKTI

Bieži vien cilvēki baidās uzsākt ārstēšanu vai pārtrauc to, jo viņi ir dzirdējuši par zāļu izraisītajiem blakusefektiem. Biežāk sastopamie blakusefekti ir **depresija un trauksmes sajūta**.

Interferons var izraisīt arī ātru aizkaitināmību, problēmas ar miegu, psihozi, garastāvokļa maiņu.

Par šiem blakusefektiem ir jākonsultējas ar ārstējošo ārstu.

клеток печени (фиброз) – поражение тканей и клеток печени. Результаты биопсии помогут принять решение о необходимости начала лечения. Несмотря на дискомфорт и возможные осложнения от этой процедуры, биопсия – важный способ наблюдения за печенью при хронических её заболеваниях. Поэтому при хроническом гепатите С и особенно перед назначением лечения, биопсия необходима.

- Лечение ВГС наиболее эффективно в острой стадии заболевания, и его часто рекомендуют инфицированным ВИЧ мужчинам, которые приобрели гепатит С сексуальным путём;
- Пациентам со спокойным течением гепатита С срочного лечения не требуется;
- Лечение проводится на средних этапах болезни, то есть при серьёзных поражениях печени, если есть угроза развития цирроза;
- Можно предлагать лечение пациентам с компенсированным циррозом, однако оно, скорее всего, не будет эффективно, а побочные эффекты будут очень серьёзны. В этой ситуации необходимо тщательное наблюдение;
- Пациентов с декомпенсированным циррозом печени лечить невозможно. Единственный выход в этой ситуации – пересадка печени.

КАК ЛЕЧАТ ГЕПАТИТ С

Гепатит С лечат комбинацией двух препаратов: пегилированным интерфероном (PegIFN) и рибавирином (RBV).

Биопсия печени означает, что будет взят небольшой кусочек печени и его изучат под микроскопом. Этот способ считается самым лучшим вариантом для изучения протекающей вирусной инфекции. В результате биопсии определяется стадия заболевания, степень повреждения

БИОПСИЯ ПЕЧЕНИ

Надо признать, что лечение гепатита С очень сложное и длительное, продолжительность лечения индивидуальна (от 24 до 48 недель!) Вылеченными считаются пациенты, у которых вирусная нагрузка и вирусная РНК не определяются уже в процессе лечения и через 6 месяцев после окончания его. В некоторых случаях хороший ответ на лечение не долговечен. Тогда врач подбирает другое лечение.

ЛЕЧЕНИЕ

АЛТ и АСАТ (или АЛТ и АСТ) – это специфические ферменты печени с определёнными функциями. Тому, что уровень этих ферментов повышен, могут быть многие причины, но в любом случае – повышение означает, что печень испытывает некоторые проблемы. правильное лечение.

Сейчас известны по крайней мере 6 генотипов вируса гепатита С со многими подтипами и важно это определить, чтобы в случае необходимости назначить анализ крови.

После того, как подтвердится, что вирус у вас действительно есть, вам сделают ещё несколько анализов – установят генотип вируса, сделают тесты на гепатиты А и В, общий и биохимический (АЛТ, АСАТ)

Аланино-аминтрансфераза (АЛТ): фермент печени)	РНК ВГС (тест на вирусную нагрузку)	Результат теста на антигена	Диагноз
Может быть в норме, изменчивой или резко повыситься	После 2-х тестов, которые сделаны с 6-ти месячным интервалом – неопределенная	Положительный (реактивный)	Выявленная в прошлом инфекция ВГС
Может быть в норме, изменчивой или резко повыситься	Определенная спустя 1-2 недели после инцидента, обычно очень большая	Отрицательный, в течение 2-6 недель станет положительным (реактивным)	Острая инфекция ВГС
Может быть в норме, изменчивой или повыситься	Определенная	Положительный (реактивный)	Хронический гепатит С

АНАЛИЗЫ ВГС И ЗНАЧЕНИЕ ИХ РЕЗУЛЬТАТОВ

- Если вирусная нагрузка неопределенная, вам необходимо пройти повторный подтверждающий тест через 6 месяцев. Если и тогда вирусная нагрузка не определится – вы здоровы.

- Не надо кушать жареное.
- Полностью исключить из рациона острые приправы, консервы.

ТЕСТИРОВАНИЕ НА ГЕПАТИТ С

Тестирование на гепатит С проходит в два этапа. Первый тест (экспресс-тест) определяет наличие антител к ВГС в крови. Антитела – это белки сыворотки крови, синтез которых запускает любой возбудитель инфекционной болезни (микробактерия).

Если результаты теста позитивен (реактивный), то возможны два варианта:

- Вы когда-то инфицировались гепатитом С и ваш организм с ним справился, то есть вы не больны гепатитом С. Примерно 20% людей самовыздоравливаются от гепатита С. Вы не можете инфицировать этим вирусом других. У самовыздоравливающихся людей антитела к гепатиту С сохраняются на долгие годы. Но необходимо помнить, что наличие антител не защищает от повторного инфицирования гепатитом С.
- Вы инфицированы гепатитом С и вам необходимо сделать подтверждающую диагностику.

На подтверждающую диагностику вас может направить семейный врач. Подтверждающая диагностика указывает на наличие вирусной РНК – т.е. количество вирус в 1 мл крови. И в этом случае тоже возможны два варианта:

- Если у вас определяемая вирусная нагрузка, – вы инфицированы вирусом гепатита С.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ПЕЧЕНИ

Вам надо бы:

- Провести вакцинацию против гепатитов А и В. Инфицирование этими вирусами ухудшает протекание гепатита С.
- Уменьшить потребление алкоголя и отказаться от него.
- Сохранять адекватный вес. Чрезмерный вес тела способствует ожирению печени, что затрудняет ей исполнение своих функций.
- Пить больше воды, чтобы помочь организму очиститься от шлаков.
- Кушать больше свежих овощей и фруктов.
- Кушать нежирный творог, йогурты, простоквашу, кефир, варёное нежирное говяжье или куриное мясо, нежирную рыбу в умеренном количестве.

Вам надо бы употреблять в пищу **поменьше:**

- Продуктов с высоким содержанием жира – жирных, жирного мяса, жирных молочных продуктов.
- Продуктов с высоким содержанием белка – говядины, белого птичьего мяса, яиц.
- Продуктов с высоким содержанием железа, например, шпината, печени.
- Кофе и содержащих кофеин напитков, однако, некоторые учёные полагают, что именно 2–3 чашки натурального кофе в день очень полезны большим гепатитом С.
- Кушать как можно меньше жирного, солёного, сладкого.

Вирус гепатита С не портит печень напрямую. После инфицирования, иммунная система старается освободить печень от поражённых вирусом клеток, что приводит к длительному воспалению печени, а позже – к рубцеванию клеток. В результате печень теряет эластичность и нарушается циркуляция крови и других жидкостей. Проблемы начинаются только тогда, когда печень уже настолько поражена, что больше не может справляться со своими функциями.

КАК ВИРУС ГЕПАТИТА С ВЕДИТ ПЕЧЕНИ

Только у ~25% людей гепатит С выражается клиническими симптомами. Желтушность, обычно появляющаяся при болезнях печени, возникает только у трети инфицированных гепатитом С (ВГС). Наиболее распространённые симптомы гепатита С – усталость, плохой аппетит, тошнота, рвота, ощущение тяжести под правым нижним ребром и желтушность. В среднем **80-85%** случаев острый гепатит С незаметно переходит в хроническую форму. Так же и хроническая форма ВГС чаще всего протекает скрытно, с неспецифическими симптомами. Чаще всего пациенты ощущают усталость, депрессию, потерю аппетита, небольшое давление или лёгкую боль под правым нижним ребром. Такие симптомы гепатита, как тошнота, боль в животе, боли в суставах и мускулах, нарушение выхода мочи могут вызывать и другие заболевания желудочно-кишечного тракта.

Гепатит С чаще всего протекает незаметно, длительно, ~20 лет, часто вплоть до цирроза или рака печени. Поэтому гепатит С сравнивают с айсбергом и даже называют "тихим убийцей". Инкубационный период гепатита С длится 3-12 недель, в среднем **7 недель**. Примерно у **75%** людей гепатит С обычно протекает скрыто, незаметно, без симптомов, без желтушности.

ПРОТЕКАНИЕ ГЕПАТИТА С

Окружающие ничем не рискуют, пока не контактируют с вашей инфицированной кровью. Практически это означает, что вы не можете никому давать в пользование предметы, которые могли быть в контакте с кровью, например, зубную щётку, бритвенные принадлежности, маникюрные принадлежности, шприцы. В отличие от вируса ВИЧ, который вне организма человека погибает в минуты, вирус гепатита С сохраняется инфицирующую способность несколько дней и даже недель, даже в застывшей крови. Именно поэтому нельзя делиться с другими людьми предметами, на которых могли остаться даже микроскопические количества крови. Так же, как и ВИЧ, гепатитом С вы не можете инфицировать других при прикосновениях, поцелуях, используя общую посуду и столовые принадлежности.

НАСКОЛЬКО ВЫСОК РИСК ИНФИЦИРОВАТЬ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ

Если у отца есть вирусный гепатит С, а будущая мать здорова, во время вынашивания ребёнка, риск для ребёнка 0%. В свою очередь, инфицированная гепатитом С мать может во время родов инфицировать младенца в 5-7% случаев, независимо от того рождает ли она обычным путём или кесаревым сечением, ибо в обоих случаях младенец копируется с большим количеством инфицированной крови.

Вирусом гепатита С можно инфицироваться в ~5% случаев. В быту, например, употребляя общие бритвенные станки, маникюрные принадлежности, зубную щётку, партерном. Если контакт травматичен (с выделением крови), замечает. В гетеросексуальных контактах инфицирование происходит в 4-10% с инфицированным ВГС партнёром. Необходимо помнить, что иногда во время секса появляются микротравмы, которые человек не замечает.

Гепатитом С инфицируются с попаданием в кровоток инфицированной крови. В сексуальных контактах можно инфицироваться, если контакт травматичен (с выделением крови), например, анальный половой акт, акт во время менструации.

КАК МОЖНО ИНФИЦИРОВАТЬСЯ ГЕПАТИТОМ С

Опасность гепатита С повышает его скрытое протекание, затруднительная своевременная диагностика. До сих пор не удалось создать эффективную вакцину для профилактики гепатита С.

- С (anti-HCV), поэтому до этого в Латвии и в мире гепатитом С инфицировались в основном кровью, во время медицинских манипуляций. В наше время широко распространённое внутривенное употребление наркотиков, при котором один шприц употребляется многократно, считается главной причиной распространения гепатита С. Внутривенные потребители наркотиков инфицируются ВС в четыре раза чаще, чем ВИЧ.
- В Латвии может быть примерно 39000 человек, инфицированных ВС. Это значит, что 1,7% жителей Латвии инфицированы, и на каждые 100000 жителей приходится 1714 инфицированных ВС. На самом деле инфицированных ВС в Латвии может быть гораздо больше, ибо большинство инфицированных об этом не подозревают – болезнь очень длительно проходит незаметно.
 - Ежегодно регистрируется более 1000 новых случаев заболевания. Примерно 30% инфицированных не знают, как это могло с ними произойти.
- Гепатит С потенциально опасен для жизни, ибо:
- в 15–20% случаев болезнь переходит в острую форму;
 - в 55–86% случаев болезнь переходит в хроническую форму;
 - в 20–30% случаев появляются осложнения – начинается цирроз печени, который может длиться 20–30 лет.

Гепатитом называют воспаление печени. Гепатит возникает по разным причинам. Это могут быть вирусные инфекции, паразитарные заболевания, переживание инфицированной крови, опасные вещества (например, алкоголь, лекарства, токсины). Гепатит С (сокращённо ВГС) – это хроническое заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита С. Вирус гепатита С открыли в 1989 году, но только в 1992 году в мире введена обязательная проверка всей донорской крови и её продуктов на антитела к гепатиту

ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ С

- Участвует в регуляции уровня сахара в крови, контролирует количество холестерина, некоторых гормонов и ферментов.
- Участвует в обмене веществ, перерабатывает химические вещества, попавшие в кровь, делает безвредными опасные продукты обмена веществ. Производит и выделяет желчь, проводит детоксикацию и выделяет вместе с желчью продукты обмена веществ, токсины, лекарства.
- Регулирует объём циркулирующей крови, участвует в её свёртывании. Когда печень перестает работать, кровь не сворачивается и человек может умереть от обескровливания.
- Синтезирует белки.
- Синтезирует витамин А, накапливает витамины D, К, РР и витаминные группы В.
- Накапливает железо, которое участвует в образовании гемоглобина и витамина В-12.
- Химически обрабатывает гормоны.

ГЕПАТИТ С

Эта болезнь предназначена для людей, которые сделали экспресс-тест, чтобы узнать не инфицированы ли они вирусом гепатита С. В небольшом издании невозможно ответить на все возникающие вопросы и, конечно, самую важную информацию вы можете получить у своего лечащего врача.

В брошюре коротко рассказано о функциях печени, о том, что такое гепатит, как можно инфицироваться гепатитом, как протекает заболевание и что делать, если вы инфицированы гепатитом.

ПЕЧЕНЬ И ЕЕ ФУНКЦИИ

Печень – самая большая внутренняя орган, который занимается практически всё разнообразное пространство справа. **Печень называют также лабораторией человеческого организма**, которая участвует в обмене веществ (белков, жиров, углеводов и других). Печень – это система фильтров организма, которая очищает кровь, оттекающую из кишечника к сердцу: в этой крови, кроме полезных питательных веществ, есть так же много вредных, и даже ядовитых.

ЧТО ДЕЛАЕТ ПЕЧЕНЬ

- Фильтрует кровь, отходящую из пищеварительного тракта. Это защищает организм от токсичных веществ и не позволяет застояться.
- Накапливает резервы энергии, которая необходима мозгу и мускулам.

Рига, 2011

Брошюра распространяется бесплатно

Макет, печать: ООО Aider dizains

Редакция, дизайн: Общество Arvienta HIV.LV



www.arvientahiv.lv

Издатель: Общество Arvienta HIV.LV

Полную ответственность за текст этого информационного издания несёт общество Arvienta HIV.LV и оно независимо в своих суждениях, и самостоятельно выбирает реализуемые мероприятия. Издание не может заменить полноценную до- и посттестовую консультирование медицинского работника!

к гепатиту С»

«Гепатит С : брошюра
тестирующимся на антитела



Рiра 2011



БРОШОРА ТЕСТИРЮЮЩИМСЯ
НА АНТИТЕЛА К ГЕПАТИТУ С

ГЕПАТИТ С

