

Polnisch

Wirusowe zapalenie wątroby

Aktualne informacje, zapobieganie i leczenie



Brozura informacyjna | dostępna w 15 językach



Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten
für Migranten

Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.



STOPKA REDAKCYJNA

Wirusowe zapalenie wątroby – aktualne informacje, zapobieganie i leczenie

Wydawca:

Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.
Königstraße 6, 30175 Hannover | Niemcy
info@ethnomed.com | www.ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de

Redakcja i zapewnienie jakości informacji:

Ramazan Salman, Matthias Wentzlaff-Eggebert, Dr. Matthias Wienold,
Ahmet Kimil, Michael Kopel

Tłumaczenie: Dolmetscherdienst Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.

Fotografia: Zdjęcie na okładce © Rawpixel Ltd/istock.com, Strona 6 © ag visuell/
stock.adobe.com, Strona 7 © bluebay2014/stock.adobe.com,
Strona 8 © Rostislav Sedlacek/stock.adobe.com, Strona 9 © XtravaganT/
stock.adobe.com, Strona 10 © Tobias Arhelger/stock.adobe.com,
Strona 12 © bagi1998/istock.com, Strona 13 © Nomad/istock.com,
Strona 14 © BlackJack3D/istock.com, Strona 14 © dra_schwartz/istock.com,
Strona 16 © senoldo/stock.adobe.com, Strona 17 © Guido Grochowski/istock.com

Broszurę w wersji papierowej można zamówić:

online: www.ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de
email: bestellportal@ethnomed.com | info@ethnomed.com
pisemnie: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V., Königstraße 6, 30175 Hannover

Niniejsza broszura informacyjna jest dostępna w językach:

angielskim, albańskim, arabskim, bułgarskim, farski, francuskim, hiszpańskim,
kurdyjskim, niemieckim, polskim, rosyjskim, rumuńskim, serbsko-chorwackim,
tureckim, włoskim

Wydanie 1.

Stan aktualny: grudzień 2018

Niniejsza broszura informacyjna jest przeznaczona dla społeczeństwa.

W celu zapewnienia rzetelności przekazywanych informacji, wszelkie prawa
są zastrzeżone. Wykorzystywanie materiałów w celach innych niż prawnie
uregulowane, wymaga pisemnej zgody stowarzyszenia Ethno-Medizinisches
Zentrum e. V. Prosimy o kontakt pisemny.

Serdecznie dziękujemy firmie
MSD SHARP & DOHME GMBH za
okazane wsparcie przy realizacji
niniejszej broszury informacyjnej.





Zapalenie wątroby wywoływane infekcją wirusową jest szeroko rozpowszechnionym i często niedocenianym problemem zdrowotnym. Niektóre typy choroby nie wywołują od razu dolegliwości, mogą jednak mieć poważne następstwa. Na szczęście w niektórych przypadkach można im zapobiec poprzez szczepienie, wczesne rozpoznanie i leczenie. Im więcej wiemy o tej chorobie, tym skuteczniej możemy się przed nią chronić.

Niniejsza broszura informacyjna została przygotowana przez Ethno-Medizinische Zentrum e.V. Ucieszy nas fakt, jeśli przyczyni się ona do utrzymania i polepszenia Państwa zdrowia. Ograniczyliśmy się do przedstawienia najważniejszych informacji medycznych. W indywidualnych przypadkach rozmowa z lekarką lub z lekarzem jest bardzo ważna, aby wyjaśnić wszelkie wątpliwe kwestie. Dodatkowo na końcu broszury znajdują Państwo adresy placówek, do których można się zwrócić z prośbą o pomoc lub informacje.

Prof. Dr. Gisela Fischer
Ramazan Salman

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.



Treść

1	Wprowadzenie	5
2	Wątroba	6
3	Co to jest zapalenie wątroby (hepatitis viralis)?	7
4	Wirusowe zapalenie wątroby typu A	9
5	Wirusowe zapalenie wątroby typu B	11
6	Wirusowe zapalenie wątroby typu C	13
7	Wirusowe zapalenie wątroby typu D	16
8	Wirusowe zapalenie wątroby typu E	17
9	Słowniczek*	18
10	Notatki	19

*W tekście niektóre pojęcia zaznaczone są kursywą. Na stronie 18. znajdą Państwo słowniczek zawierający krótkie objaśnienia pojęć.

Jako że wirusowe zapalenie wątroby (WZW) może prowadzić do poważnych konsekwencji zdrowotnych, ważna jest profilaktyka. Jeśli znane są Państwu ryzyko i drogi przenoszenia zakażenia, mogą się Państwo skutecznie chronić i zadbać o to, aby choroby infekcyjne wywołane wirusami w porę rozpoznać i leczyć. Niniejsza broszura zawiera informacje dotyczące różnych typów wirusowego zapalenia wątroby, środków ostrożności i badań lekarskich, jak również metod leczenia oraz otrzymania odpowiedniego wsparcia.

W trakcie zakażenia *wirus* zapalenia wątroby wnika do ludzkiego organizmu i wywołuje w nim zmiany chorobowe. Różne zakaźne mikroorganizmy atakują różne narządy, *wirus* hepatotropowy atakuje wątrobę. Wirus wywołujący zapalenie wątroby przenoszony jest przeważnie z człowieka na człowieka względnie przez skażoną żywność.

Wirusy hepatotropowe występują w różnych regionach świata z różnym natężeniem. Aby stwierdzić ryzyko zakażenia, ważne jest, aby wziąć pod uwagę kraj własnego pochodzenia oraz planowane podróże. Oddając w Państwa ręce niniejszą broszurę, chcielibyśmy udzielić Państwu ważnych wskazówek, w jaki sposób mogą się Państwo chronić przed zakażeniem wirusami hepatotropowymi oraz co należy uczynić, jeżeli dojdzie do zakażenia.

Wątroba to najważniejszy organ w ludzkim organizmie odpowiedzialny za neutralizację zbędnych produktów przemiany materii. Wątroba znajduje się po prawej stronie w górnej części brzucha. Wszystko cokolwiek dostanie się do organizmu jest przez jelito transportowane z krwią do wątroby. Wątroba przetwarza pokarm lub magazynuje substancje, które są niezbędne dla pozostałych narządów.



Rysunek: Wątroba najważniejszy organ regulujący proces przemiany materii.

Do najważniejszych funkcji wątroby należy wytwarzanie białek (albumin), które w razie potrzeby są wydzielane na zewnątrz do krwi. W wątrobie odbywa się również metabolizowanie białek. Ponadto wątroba magazynuje cukier w postaci glikogenu (glukozy) i wytwarza żółć niezbędną do trawienia pokarmu. Wątroba wytwarza również niezbędne dla organizmu kwasy tłuszczowe i magazynuje witaminy, które w razie potrzeby wydzielane są na zewnątrz. Z udziałem

wątroby produkowane są *hormony*, których organizm potrzebuje np. do prawidłowego rozwoju.

Wątroba pełni ponadto funkcje odtruwające. Wiele szkodliwych substancji takich jak: alkohol i nikotyna, które w pierwszej kolejności przedostają się do wątroby są tam neutralizowane tj. rozkładane. Dlatego też, niektóre substancje (np. alkohol) mogą uszkodzić wątrobę.

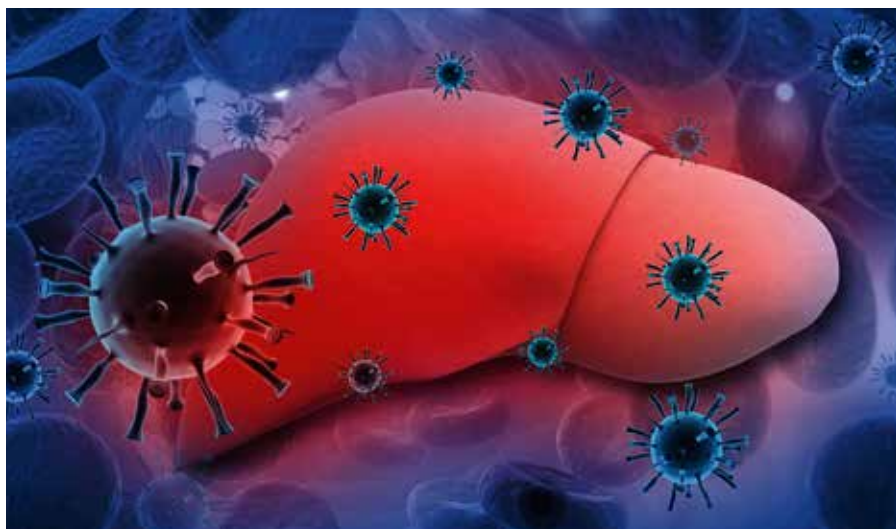
3

Co to jest zapalenie wątroby?

Hepatitis pochodzi z greckiego hepar, czyli wątroba i oznacza „zapalenie wątroby”. Przyczyną choroby mogą być, oprócz zakażenia wirusem, także zakłócenia w przemianie materii lub zatrucia np. alkoholem. Przy uszkodzeniu komórek wątrobowych na zewnątrz wydostają się *enzymy* tzn. aminotransferazy. Podwyższony poziom aminotransferazy we krwi jest istotną wskazówką, która może oznaczać zapalenie wątroby.

Uszkodzenie wątroby może poważnie zakłócić proces przemiany materii. Na skutek nagromadzenia toksyn w organizmie dochodzi do zażółcenia skóry lub białek oczu. W takim przypadku mówi się o wystąpieniu żółtaczki. W trakcie zapalenia

wątroby może dojść do zaburzeń metabolicznych, które z kolei mogą wywołać stan ogólnego osłabienia.



Najczęstszą przyczyną żółtaczki jest zakażenie wirusami hepatotropowymi typu A, B, C, D lub E. Poza wirusami, do uszkodzenia wątroby może doprowadzić także nadmierne spożycie alkoholu, niesprawnie działający metabolizm tłuszczów a także zażywanie leków (jako działanie niepożądane).

NAJCZĘSTSZYMI OBJAWAMI ZAPALENIA WĄTROBY SĄ:

- uczucie klucia w prawym podżebrzu
- ogólne złe samopoczucie oraz/lub stan podgorączkowy
- brak apetytu, mdłości i wzdęcia
- zażółcenie skóry i białek oczu oraz ciemny mocz
- świąd skóry, w niektórych przypadkach wysypka.

Podwyższone próby wątrobowe mogą wskazywać na zapalenie wątroby. Test lub badanie USG może wykazać powiększoną wątrobę. Poprzez wykazanie obecności *przeciwciał* i antygeny wirusa we krwi można stwierdzić lub wykluczyć wirusowe zapalenie wątroby. Przy niejednoznacznej przyczynie zakażenia lub w celu oceny stopnia uszkodzenia wątroby może być konieczne pobranie tkanki wątroby (biopsja).

Można wykonać szczepienia przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B. Jeśli byli Państwo narażeni na ryzyko zakażenia wirusem zapalenia wątroby typu C (HCV), wówczas należy wykonać badanie, gdyż obecnie można leczyć WZW typu C. Dzięki leczeniu można zapobiec następstwom choroby np. marskości wątroby lub rakowi wątroby.

GDZIE MOŻNA WYKONAĆ TESTY NA ZAPALENIE WĄTROBY I PODJĄĆ LECZENIE?

- W niektórych (niemieckich) krajach związkowych, podczas pierwszej rejestracji wykonywane są u uchodźców i osób ubiegających się o azyl testy w kierunku WZW typu B i C.
- W ramach opieki medycznej dla matek i przygotowania do porodu oferowane są badania pod kątem rozpoznania WZW typu B.
- Osoby, które narażone były na ryzyko zakażenia wirusem, mogą wykonać badania w przychodni lekarskiej.
- W celu wyjaśnienia podłoża dolegliwości może się okazać konieczne wykonanie testu na wykrycie wirusa zapalenia wątroby, także wówczas, gdy nie jest znane ryzyko zakażenia.
- Urzędy zdrowia i poradnie specjalistyczne oferują bezpłatne i anonimowe testy w kierunku WZW.
- U osób z grupy zwiększonego ryzyka zakażeniem WZW pracodawca ponosi koszty wykonania testów przez lekarzkę lub lekarza zakładowego, np. podczas przyjęcia do pracy w szpitalu. Powszechne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków refunduje leczenie osób, które zaraziły się wirusem w pracy.

Leczenie przeprowadza zawsze lekarka lub lekarz. Lekarze hepatolodzy są wyspecjalizowani w leczeniu schorzeń wątroby.



Wirus zapalenia wątroby typu A (HAV) wywołuje chorobę zakaźną wirusowego zapalenia wątroby typu A, której objawy nie różnią się od innych typów wirusowego zapalenia wątroby. Wirus jest odporny na wysoką temperaturę jak również środki dezynfekujące i występuje na całym świecie. WZW typu A występuje najczęściej w krajach rozwijających się. Wiele osób zaraża się tam już w wieku dziecięcym lub okresie dojrzewania (młodzież). Przeciwno WZW typu A mogą się Państwo zaszczepić.

DROGI ZAKAŻENIA I ZAPOBIEGANIE

Wirus HAV dostaje się do środowiska z kałem osoby zakażonej i przedostaje się do organizmu zazwyczaj drogą pokarmową. Dlatego też, do zakażenia dochodzi najczęściej poprzez spożycie zakażonej żywności lub wody, jak również z powodu niewystarczającej higieny lub poprzez kontakty seksualne.

NAJCZĘSTSZE DROGI PRZENOSZENIA ZAKAŻENIA TO:

- skażona woda i żywność
- niewystarczające warunki sanitarne
- niewystarczająca higiena rąk
- kontakty seksualne (zwłaszcza analne)

DO GRUP PODWYŻSZONEGO RYZYKA NALEŻĄ:

- osoby udające się na obszary o dużej częstotliwości występowania WZW typu A
- osoby pracujące w służbie zdrowia
- pracownicy oczyszczalni ścieków i obsługi urządzeń kanalizacyjnych
- mężczyźni mający kontakty seksualne z mężczyznami



Przeciwno WZW typu A dostępna jest szczepionka, która uodparnia na wiele lat. Szczepiona jest zalecana wszystkim osobom należącym do grup ryzyka. W niektórych przypadkach szczepienie przeciwno WZW jest refundowane przez kasę chorych lub pracodawcę. Proszę zasięgnąć informacji i ewentualnie zaszczepić się.

Przestrzeganie zasad higieny w domu oraz staranne przetwarzanie żywności najczęściej zapobiegają wszelkim infekcjom, w tym WZW typu A. Po skorzystaniu z toalety, jak również przed przygotowaniem posiłków, należy zawsze umyć ręce. Należy starannie myć i płukać owoce i warzywa.

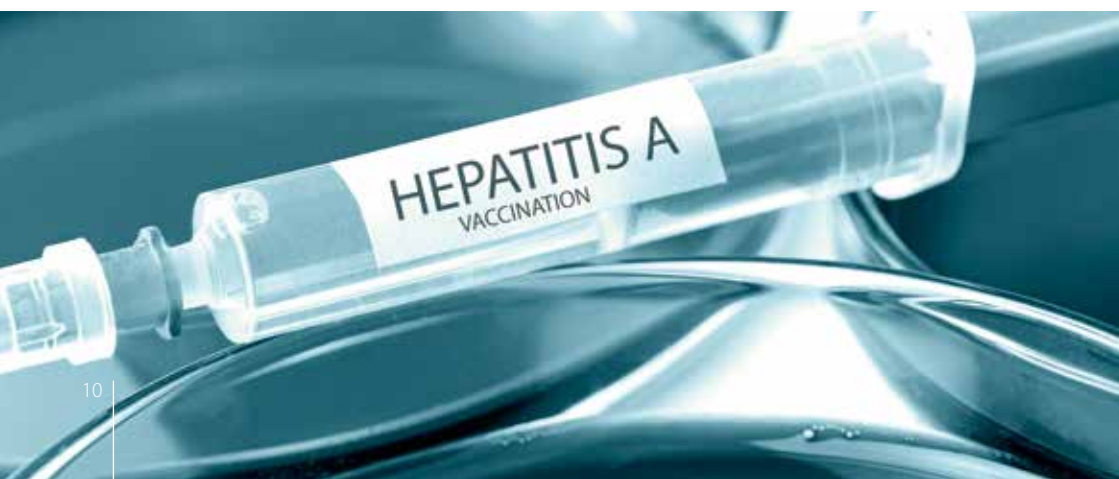
Jeśli są Państwo zatrudnieni w branży zdrowotnej i pielęgnacyjnej lub mają do czynienia ze ściekami, wówczas obowiązują przepisy higieny pracy, które chronią Państwa przed zakażeniem. W razie wątpliwości proszę zasięgnąć informacji u pracodawcy lub w związku zawodowym.

OBJAWY I LECZENIE

W szczególności u dzieci choroba przebiega bezobjawowo. Po 10–15 dniach mogą wystąpić symptomy typowe dla niewydolności wątroby. U osób starszych częściej występują ostre dolegliwości. Przebycie choroby zapewnia odporność na ponowne zakażenie wirusem żółtaczkki typu A. Bardzo rzadko choroba ma przebieg ciężki i dochodzi do niewydolności wątroby.

Przy objawach zapalenia wątroby wykonuje się badanie krwi określające poziom *enzymów* wątrobowych (podwyższenie). Obecność *przeciwciał* w surowicy świadczy o aktualnym lub przeżytym zakażeniu.

Wirusa wywołującego zapalenie wątroby typu A nie da się usunąć z organizmu za pomocą leków. W trakcie rekonwalescencji zaleca się dużą ilość odpoczynku, aż do samoistnego ustąpienia objawów takich jak np.: gorączka, nudności i wymioty. Oznacza to, że należy unikać wszystkiego co może obciążyć wątrobę (alkohol, leki bez zalecenia lekarskiego) oraz pić dostateczną ilość wody.



Wirus zapalenia wątroby typu B (HBV) wywołuje najpowszechniejsze na świecie zapalenie wątroby i występuje w różnych regionach, w zróżnicowanym natężeniu. Większość osób dorosłych całkowicie zdrowieje po *ostrym* WZW typu B i jest najczęściej na całe życie uodporniona na ponowne zakażenie. U ok. 5 – 10 proc. osób dorosłych i dużo częściej u małych dzieci można stwierdzić obecność wirusa we krwi nawet po sześciu miesiącach. Wówczas mówi się o *przewlekłym* zapaleniu wątroby typu B. Przeciwno WZW typu B mogą się Państwo zaszczepić.

DROGI ZAKAŻENIA I ZAPOBIEGANIE

Wirus HBV przenoszony jest na osobę niezarażoną przede wszystkim przez krew, ale również przez płyny ustrojowe osoby zarażonej, np. przez ślinę, płyn nasienny oraz wydzielinę z pochwy. Ryzyko zakażenia się w zwyczajnych kontaktach między sobą i w gospodarstwie domowym jest znikome.

NAJCZĘSTSZE DROGI PRZENOSZENIA ZAKAŻENIA TO:

- kontakty seksualne
- wspólne korzystanie z igieł i strzykawek podczas przyjmowania narkotyków poprzez iniekcje
- *niesterylne* użycie sprzętu w usługach pircingu i tatuażu lub przy goleniu
- *niesterylne* użycie sprzętu medycznego, np. w przeszłości lub w regionach z nieodpowiednią higieną
- z matki na dziecko podczas porodu

DO GRUP PODWYŻSZONEGO RYZYKA NALEŻĄ:

- mężczyźni, którzy mają kontakty seksualne z innymi mężczyznami
- osoby często zmieniające partnerów seksualnych
- osoby, które przyjmują dożylnie narkotyki
- osoby przebywające w zakładach karnych
- personel medyczny, mający kontakt z krwią
- dzieci, których matki są zakażone

Jeśli przyjechali Państwo z regionu świata, w którym WZW typu B najczęściej występuje, mogą być Państwo nosicielami wirusa HBV, nawet o tym nie wiedząc. Najwięcej zachorowań występuje w Azji, na Południowym Pacyfiku, na obszarze Sahary, w Ameryce Południowej i na Środkowym Wschodzie. Również wśród mieszkańców obszaru basenu Morza Śródziemnego i w Europie Wschodniej stwierdza się dużo częściej obecność przeciwciał, świadczących o zakażeniu WZW typu B, aniżeli w Niemczech.

Proszę wykonać badanie i jeśli jest to konieczne, podjąć leczenie.

Noworodki, które podczas porodu zaraziły się wirusem, znacznie częściej chorują na przewlekłe zapalenie wątroby typu B. Można zapobiec przeniesieniu wirusa na dziecko podczas porodu, jeśli zaszczepi się noworodka zaraz po jego przyjściu na świat. Dlatego ważne jest, aby matki przed porodem wykonały odpowiednie badania. W Niemczech obowiązek wykonania testu jest ustawowo przewidziany w wytycznych ochrony macierzyństwa.

Osoba, która choruje na przewlekłe zapalenie wątroby typu B, może przenosić wirusa na inne osoby. Podczas kontaktów płciowych należy zabezpieczyć się prezerwatywą. Podczas przyjmowania narkotyków nie używać wspólnego sprzętu (igieł itd.). Wiele organizacji charytatywnych i poradni dla osób, które zażywają narkotyki, oferuje *sterylne* sprzęt do iniekcji. Nie należy korzystać ze wspólnych maszynek do golenia, nożyczek do paznokci i szczoteczki do zębów.

OBJAWY I LECZENIE

U około jednej trzeciej chorych nie występują objawy. Objawy zwiastunowe ostrego zapalenia wątroby typu B to brak apetytu, bóle stawów, złe samopoczucie, nudności/wymioty lub gorączka. Po 3 do 10 dniach może wystąpić zażółcenie skóry i ciemny moczu. U bardzo niewielu osób choroba ma ciężki przebieg i prowadzi do niewydolności wątroby. Ponad 90 proc. osób dorosłych ulega samoistnemu wyleczeniu bez dalszych następstw.

Zupełnie inaczej wygląda to w przypadku zakażeń w wieku dziecięcym – w ponad 90 proc. przypadków dochodzi do przewlekłego zapalenia wątroby typu B. Oznacza to, że antygeny wirusa są wykrywalne w surowicy krwi po ponad sześciu miesiącach.

Przy *przewlekłym* zapaleniu wątroby typu B istnieje podwyższone ryzyko wystąpienia zwłóknienia i marskości wątroby. Ponadto *marskość wątroby* zwiększa ryzyko rozwoju raka wątroby.

Podwyższony poziom enzymów wątrobowych może wskazywać na zapalenie wątroby typu B. Badanie krwi jest konieczne, aby uzyskać pewność. W diagnozowaniu ważne jest rozróżnienie między *ostрым* a *przewlekłym* zapaleniem wątroby typu B, ponieważ postać przewlekła prowadzi do poważnych następstw choroby. Niekiedy konieczne jest pobranie tkanek wątroby (biopsja wątroby), aby ocenić stopień uszkodzenia wątroby.

U osób z przewlekłym zapaleniem wątroby typu B stosuje się leczenie przeciwwirusowe. Szczególnie wówczas, gdy wirus się namnożył tj., gdy wątroba jest zakażona wirusem lub już uszkodzona.



Wirusowe zapalenie wątroby typu C jest chorobą zakaźną wywołaną przez wirus Hepatitis C (HCV). Wirus Hepatitis C występuje w różnych odmianach, zwanych genotypami. Genotypy wirusa występują w różnych natężeniach w różnych regionach świata wśród różnych grup społecznych. Nie ma szczepionki przeciwko WZW typu C.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) każdego roku ok. 1,75 miliona osób zaraża się wirusem HCV. Liczba osób chorych na przewlekłe zapalenie wątroby jest szacowana na ok. 71 milionów. Z powodu wystąpienia możliwych następstw choroby jest to poważny problem zdrowotny: u średnio jednej czwartej pacjentów z przewlekłym zapaleniem wątroby typu C rozwija się do okresu ok. 20 lat *marskość wątroby*, a

niekiedy rak wątroby. Tym samym rośnie zapotrzebowanie na przeszczep (transplantację) wątroby.

Obecnie leczenie farmakologiczne umożliwia wyleczenie ok. 95 proc. przypadków przewlekłego zapalenia wątroby typu C. Wskazane jest wykonanie badania, jeśli kiedykolwiek w przeszłości byli Państwo narażeni na zakażenie wirusem HCV.



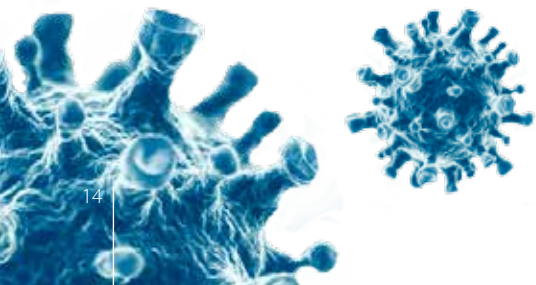


DROGI ZAKAŻENIA I ZAPOBIEGANIE

Wirus zapalenia wątroby HCV przenosi się głównie przez kontakt krwi własnej z krwią nosiciela. Do zakażenia wystarczy śladowa ilość skażonej krwi, która przedostanie się do krwiobiegu osoby niezakażonej. Rzadko dochodzi do zakażenia drogą płciową – jest ono jednak możliwe, jeśli podczas stosunku płciowego doszło do niewielkiego uszkodzenia skóry. Wirus HCV nie jest przenoszony w mleku matki, poprzez wspólne jedzenie żywności, picie płynów lub kontakty społeczne.

NAJCZĘSTSZE DROGI PRZENOSZENIA ZAKAŻENIA TO:

- wspólne korzystanie z igieł, strzykawek, rurek i materiału do iniekcji narkotyków, jak również do wciągania narkotyków przez nos
- seks bez zabezpieczenia, szczególnie wśród mężczyzn, uprawiających seks z innymi mężczyznami
- niesterylne zabiegi medyczne, które zostały wykonane w przeszłości w regionach o niedostatecznym poziomie higieny (przede wszystkim przez kilkakrotne używanie igieł i strzykawek, np. podczas akcji szczepień lub w stomatologii)
- transfuzje krwi przed wprowadzeniem rutynowych badań krwi i produktów krwiopochodnych na wykrycie wirusa HCV (w Niemczech przed rokiem 1992).



DO GRUP PODWYŻSZONEGO RYZYKA NALEŻĄ:

- osoby, które przyjmują narkotyki dożylnie lub wciągają przez nos
- mężczyźni, którzy mają kontakty seksualne z innymi mężczyznami
- osoby przebywające w zakładach karnych
- osoby z transfuzją krwi lub produktami krwionopodobnymi, po transplantacji lub dializowane (w Niemczech przed rokiem 1992)
- osoby z regionów o podwyższonym ryzyku występowania wirusa HCV (Afryka, centralna i wschodnia Azja)

Nie ma szczepionki przeciwko zapaleniu wątroby typu C. Podczas kontaktów seksualnych należy stosować prezerwatywy. Podczas przyjmowania narkotyków nie używać wspólnego sprzętu (igieł itd.). Wiele organizacji charytatywnych i poradni dla osób, które zażywają narkotyki, oferuje *sterylny* sprzęt do iniekcji. Nie należy korzystać ze wspólnych maszynek do golenia, nożyczek do paznokci i szczoteczek do zębów.

OBJAWY I LECZENIE

U ok. jednej trzeciej przypadków organizm sam zwalcza wirusa, najczęściej bezobjawowo. W przeciwnym przypadku dochodzi do przewlekłego zapalenia wątroby typu C. Także w tym przypadku choroba przebiega bezobjawowo lub ze znikomymi objawami. Ale po upływie 20–25 lat u ponad 2–35 proc. osób przewlekle zakażonych HCV rozwija się *zwłóknienie wątroby*, a później nawet marskość wątroby. Wątroba staje się powoli niewydolna. Co roku u ok. 2–5 proc. pacjentów z marskością wątroby rozwija się rak wątroby.

Pierwszym badaniem na wykrycie zapalenia wątroby typu C jest badanie krwi na obecność przeciwciał (anty-HCV). *Przeciwciała* można wykryć we krwi u osób, które pokonały wirusa w naturalny sposób lub poprzez leczenie. Dlatego też, ważne jest, aby po otrzymaniu pozytywnego

wyniku na obecność przeciwciał wykonać dodatkowe badanie tzw. wirusologiczne. Polega ono na wykrywaniu materiału genetycznego wirusa (*RNA*) we krwi (test HCV *RNA*). Pobranie tkanki wątroby (biopsja) od pacjenta może okazać się konieczne, aby stwierdzić stopień uszkodzenia wątroby.

Leczenie przewlekłego zapalenia wątroby typu C powinno rozpocząć się możliwie jak najszybciej, ponieważ wraz z wiekiem i rozwojem choroby wzrasta ryzyko poważnych następstw choroby. Celem leczenia jest usunięcie na stałe wirusa z organizmu.

Dotychczas standardem leczenia WZW C były preparaty z *interferonu* w połączeniu z innymi lekami. W zależności od *genotypu* wirusa leczenie z *interferonem* trwało kilka miesięcy, z różnym powodzeniem i wywoływało poważne skutki uboczne.

Od 2011 roku dopuszczane są na rynek nowe leki, które hamują rozmnażanie się wirusa. Leczenie jest znacznie krótsze, leki są znacznie lepiej tolerowane przez organizm i podnoszą szansę chorych na wyzdrowienie do 95 procent. Jeśli w przeszłości leczenie nie przyniosło u Państwa oczekiwanych efektów, obecnie szanse na wyleczenie są bardzo duże. Z reguły należy podjąć leczenie przewlekłego zapalenia wątroby typu C, tak aby zapobiec powstaniu marskości i raka wątroby. Jeśli są Państwo dotknięci chorobą, proszę poinformować się w Państwa przychodniach lekarskich i organizacjach, których adresy znajdują Państwo na końcu broszurki.

W przeciwieństwie do innych typów zapalenia wątroby, przebycie zapalenia wątroby typu C nie daje odporności. Jako że mogą Państwo ponownie zarazić się wirusem, należy odpowiednio się chronić.

Zakażenie wirusem HDV (lub wirus delta) jest możliwe tylko w przypadku wcześniejszego zakażenia wirusem B (tzw. koinfekcja). Zapalenie wątroby typu D występuje w różnych regionach świata z różnym natężeniem. Zapalenie wątroby typu B może mieć poważny przebieg i podnosić ryzyko wystąpienia zwłóknienia i raka wątroby, jeśli dojdzie równocześnie do zakażenia wirusem HDV.

DROGI ZAKAŻENIA I ZAPOBIEGANIE

Do zakażenia wirusem HDV dochodzi jak w przypadku wirusa typu B, poprzez kontakt z krwią. Do zakażenia może dojść także poprzez kontakt z płynami ustrojowymi i błonami śluzowymi, np. podczas kontaktów seksualnych. Szczepienie przeciwko zapaleniu wątroby typu B chroni również przed zakażeniem WZW typu D. Po wyleczeniu z zapalenia wątroby typu B Państwa organizm jest uodporniony.

Sposoby zapobiegania zapaleniu wątroby typu D są takie same jak w przypadku zapobiegania wirusowemu zapaleniu wątroby typu B. Nie należy korzystać ze wspólnych maszynek do golenia, nożyczek do paznokci i szczoteczek do zębów, jak również z igieł i strzykawek podczas przyjmowania narkotyków. Należy używać prezerwatyw. Wirus HDV występuje na obszarze basenu Morza

Śródziemnego, na Bliskim Wschodzie, w Pakistanie, we wschodniej i centralnej Azji, w Japonii, na Tajwanie, w Grenlandii jak również w krajach tzw. „Rogu Afryki”, w zachodniej Afryce, w dorzeczu Amazonki oraz niektórych regionach Pacyfiku.

Dlatego też zaleca się szczególną ostrożność, w przypadku osób z przewlekłym zapaleniem wątroby typu B, które planują podróż do tych regionów. Proszę z odpowiednim wyprzedzeniem czasowym skontaktować się ze swoją lekarką lub lekarzem i omówić skuteczną ochronę na czas podróży.

OBJAWY

Zakażenie równocześnie wirusem typu B i D przebiega najczęściej bezobjawowo. Niemniej mogą wystąpić objawy typowe dla żółtaczki. Najczęściej dochodzi do całkowitego wyzdrowienia, tylko w ok. 5 proc. przypadków dochodzi do przewlekłego zapalenia wątroby. Poważniejsze w skutkach jest zapalenie wątroby typu D przy jednoczesnym przewlekłym zapaleniu wątroby typu B. U ok. 70-90 proc. osób choroba ma ciężki przebieg i wcześniej rozwija się marskość wątroby.



Wirus, który wywołuje zapalenie wątroby typu E występuje w różnych genotypach w różnych regionach świata. W południowo-wschodniej i centralnej Azji, w północnej i wschodniej Afryce, w Ameryce Środkowej i Środkowym Wschodzie dochodzi najczęściej do zakażeń poprzez skażoną fekaliami wodę. W Niemczech znacznie wzrosła liczba zachorowań na WZW typu E.

Ostre zapalenie wątroby ustępuje najczęściej samoistnie. Choroba może zagrażać życiu w przypadku kobiet ciężarnych i osób ze schorzeniami wątroby. U osób z osłabionym układem immunologicznym (np. po transplantacji, dializowanych lub zakażonych HIV) częściej występuje przewlekłe zapalenie wątroby typu E.

DROGI ZAKAŻENIA I ZAPOBIEGANIE

Podobnie jak w przypadku WZW typu A do zakażenia wirusem dochodzi najczęściej przez skażoną ludzkimi odchodami wodę lub produkty spożywcze. W Niemczech najprawdopodobniej można się zarazić poprzez spożycie surowego mięsa wieprzowego lub dzicyzny. Szczepionka anti-HEV nie jest w Niemczech zarejestrowana. Wybierając się w podróż do krajów, w których odnotowano zakażenia WZW typu E, mogą się Państwo poinformować o ryzyku zakażenia oraz mieć na uwadze, aby spożywać czystą wodę i żywność. Także w Niemczech jest wskazane spożywać mięso po obróbce termicznej.

OBJAWY I LECZENIE

Jeśli w ogóle, to objawy typowe dla zapalenia wątroby mogą wystąpić od 14. do 60. dni od zakażenia. W niektórych przypadkach zaobserwowano dolegliwości układu nerwowego. WZW typu E może mieć bardzo ciężki przebieg u kobiet ciężarnych oraz u osób z niewydolnością nerek i prowadzi w 20 proc. przypadków do śmierci. Jeśli

osoby z osłabionym układem immunologicznym zachorują na przewlekłe zapalenie wątroby, może to w ciągu kilku lat doprowadzić do marskości wątroby. Diagnostyka polega w pierwszej kolejności na stwierdzeniu przeciwciał anti-HEV w surowicy krwi. Przy podejrzeniu przewlekłego zapalenia wątroby wykonuje się badanie krwi i kału na wykrycie materiału genetycznego wirusa. W Niemczech specjalna metoda leczenia zapalenia wątroby typu E nie jest dopuszczona, ale w dalszym ciągu trwają badania. Niekiedy podaje się leki przeciwko dolegliwościom.



Enzymy

To katalizatory organiczne wytwarzane przez komórki w organizmie w celu przyspieszania reakcji chemicznych. Enzymy odgrywają bardzo dużą rolę w przemianie materii.

Genotyp

Genotyp organizmu żywego to zespół genów danego osobnika. Organizmy należące do tego samego gatunku mogą wykazywać różnice genetyczne tj. genotypy, które warunkują właściwości dziedziczne danego organizmu. Także wirusy występują w różnych odmianach, zwanych genotypami, co może mieć wpływ na przebieg choroby i leczenia.

Hormony

To związki chemiczne produkowane w tkankach (w grupie) komórek. Hormony regulują i koordynują czynności danego narządu.

Interferon

Interferony to substancje produkowane przez organizm do walki z wirusami jak również z komórkami nowotworowymi. Interferon, otrzymywany metodą inżynierii genetycznej ma zastosowanie w leczeniu infekcji wirusowych. Stosowanie interferonu niesie za sobą najczęściej skutki uboczne.

Marskość wątroby

Postępujące zwłóknienie wątroby prowadzi do marskości.

Poprzez tworzenie się grudek i blizn oraz postępujące zwłóknienie mięszu wątroby, które niszczy jej strukturę, wątroba przestaje powoli spełniać wiele ważnych funkcji.

Ostry

W przypadku chorób: pojawia się szybko i ma gwałtowny przebieg.

Przeciwciała

Przeciwciała są wytwarzane przez komórki układu odpornościowego w celu neutralizacji wirusów, które przedostały się do organizmu, i są skierowane na zwalczanie danego wirusa. Obecność przeciwciał we krwi może świadczyć o przebytej infekcji. W niektórych przypadkach, powstałe po przebytej chorobie przeciwciała chronią na długo przed ponownym zakażeniem.

Przewlekły

W przypadku chorób: trwający długo, mający długotrwały przebieg.

RNA

Kwas nukleinowy (RNA) to materiał genetyczny wirusa (wirus RNA). Testy RNA pozwalają wykryć obecność i oznaczyć ilość wirusa we krwi.

Sterylny/niesterylny

Sterylny (jałowy) oznacza pozbawiony drobnoustrojów. Sprzęt i narzędzia wykorzystywane do zabiegów na ludzkim ciele, muszą być sterylizowane w wysokiej temperaturze lub podczas procesu technologicznego (sterylizacja). Niesterylny (niejałowy) oznacza, że nie doszło do zabicia drobnoustrojów chorobotwórczych.

Wirus/wirusowy

Wirusy to cząsteczki zakaźne, które muszą wniknąć do komórek gospodarza, aby się w nich namnożyć. Wirusy zbudowane są z materiału genetycznego zamkniętego w otoczkce. Wirusy są przyczyną wielu chorób infekcyjnych, w tym wirusowego zapalenia wątroby. Układ odpornościowy człowieka produkuje przeciwciała do zwalczania wirusów.

Zwłóknienie wątroby

Włóknienie wątroby to proces, w trakcie którego dochodzi do produkcji włókien w miejsce uszkodzonych komórek wątroby. Z początku struktura (blaszki wątrobowe) oraz oplecione nimi naczynia krwionośne nie są tym dotknięte.

Wirusowe zapalenie wątroby (WZW)

Aktualne informacje, zapobieganie i leczenie

POMOC I WSPARCIE DLA OSÓB ZE SCHORZENIAMI WĄTROBY

Niemiecka Fundacja Wątrobowa (Deutsche Leberstiftung) powstała w 2006 roku. Fundacja ma na celu wspieranie profilaktyki i poprawę leczenia osób chorych na WZW. Niemiecka Fundacja Wątrobowa oferuje pacjentom i ich członkom rodzin informacje i porady w kwestiach medycznych.

Deutsche Leberstiftung
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover
www.deutsche-leberstiftung.de

Niemiecka Fundacja Wątrobowa (Deutsche Leberstiftung) zrzesza fachowych specjalistów i wszystkich zainteresowanych samopomocą. Fundacja informuje i uświadamia na temat choroby. W niektórych miastach, osoby cierpiące na wirusowe zapalenie wątroby (lub inne schorzenia wątroby) utworzyły grupy samopomocowe. Jako grupa samopomocowa, są Państwo członkiem Niemieckiej Fundacji Wątrobowej.

Deutsche Leberhilfe e.V.
Krieler Straße 100, 50935 Köln
www.leberhilfe.org

AKTUALNE INFORMACJE NA TEMAT HIV

Stowarzyszenie Ethno-Medizinische Zentrum e.V. przygotowało wspólnie z organizacjami partnerskimi, mającymi siedziby w sześciu krajach europejskich, broszurę informacyjną na temat HIV/AIDS, w ramach projektu AIDS & Mobility. <http://www.aidsmobility.org/326.0.html>

LINKI DO POBRANIA W RÓŻNYCH JĘZYKACH

Celem organizacji World Hepatitis Alliance jest zahamowanie rozprzestrzeniania się i zachorowań na zapalenie wątroby typu B i C. Organizacja organizuje co roku Światowy Dzień Wirusowego Zapalenia Wątroby. Jako organizacja działająca na arenie międzynarodowej publikuje informacje w językach angielskim, arabskim, chińskim, francuskim, hiszpańskim, portugalskim i rosyjskim. www.worldhepatitisalliance.org