

Türkisch

Viral Hepatit

Güncel Bilgiler, Koruma ve Tedavi



Rehber Kitap | 15 dilde mevcut



Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten
für Migranten

Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.



KÜNYE

Viral Hepatit – Güncel Bilgiler, Koruma ve Tedavi

Yayımlayan:

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

Redaksiyon ve profesyonel kalite güvencesi:

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

Tercüme: Etno-Tıp Merkezi Tercüme Servisi.

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

Basılmış nüshalar için sipariş imkânları:

Online: www.ethnomed.com | www.mimi-bestellportal.de
E-Mail: bestellportal@ethnomed.com | info@ethnomed.com
Yazılı olarak: Ethno-Medizinisches Zentrum e. V., Königstraße 6, 30175 Hannover

Bu el rehberi aşağıdaki dillerde hazırlanmıştır:

Arnavutça, Arapça, Bulgarca, Almanca, İngilizce, Farsça, Fransızca, İtalyanca,
Kürtçe, Lehçe, Rumence, Rusça, Sırp-Hırvatça, İspanyolca, Türkçe

1.Baskı

Güncelleme: Aralık 2018

Bu el rehberi geniş bir kitle için öngörülmüştür. İçeriğin doğruluğunu sağlamak amacıyla bütün hakları saklı tutulmaktadır. Yasalarca belirlenmiş çerçevenin dışındaki herhangi bir kullanım, ancak Etno-Tıp Merkezi'nin yazılı izni ile mümkün olmaktadır. Lütfen bize yazın.

Bu broşürün gerçekleşmesinde
nazik desteğinden dolayı
MSD SHARP & DOHME GMBH
firmasına teşekkür ederiz.



MSD

INVENTING FOR LIFE



Bir virüs enfeksiyonunun sebep olduğu Hepatit, yaygın olan ve çoğu zaman hafife alınan bir sağlık sorunudur. Bazı çeşitleri hemen rahatsızlıklara sebebiyet vermemekle beraber, daha sonra ortaya çıkabilecek ağır sonuçlar doğurabilir. İyi olan, bunların bazı durumlarda aşılarla, erken teşhis ve tedavilerle önlenemeleridir. Doğru bilgi sahibi olan, kendisini daha iyi koruyabilir.

Bu Hepatit El Rehberi, Etno-Tıp Merkezi tarafından geliştirilmiştir. Sizinle beraber el ele vererek, sağlıklı kalmanız ve iyileşmeniz için bir katkı sağlayacak olursa kendimizi mutlu hissedeceğiz. Kendimizi en önemli tıbbi olgularla sınırlandırdık. Münferit durumlarda, başka sorulara açıklık getirmek için, doktorunuzla görüşmek her zaman önemlidir. Son kısımda size yardımcı olabilecek kurumların adreslerine ulaşabilirsiniz.

Prof. Dr. Gisela Fischer
Ramazan Salman

Etno-Tıp Merkezi



İçindekiler

1	Giriş	5
2	Karaciğer	6
3	Hepatit nedir?	7
4	Hepatit A	9
5	Hepatit B	11
6	Hepatit C	13
7	Hepatit D	16
8	Hepatit E	17
9	Kavram Dizini*	18
10	Notlar	19

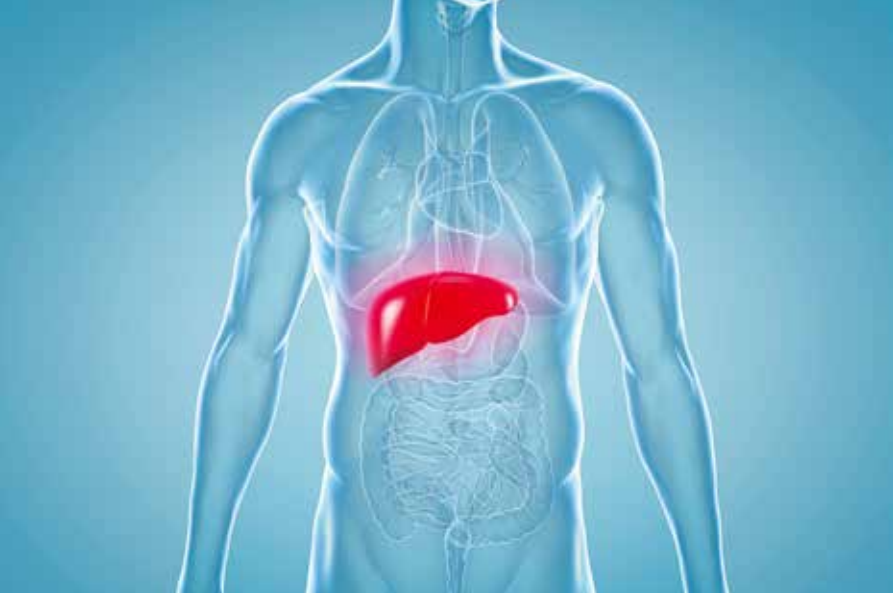
* Metinde bazı kavramlar italik yazılmış olup, sayfa 18'den itibaren kavram dizininde bunlarla ilgili kısa açıklamalar yapılmıştır.

Bir *Viral* Hepatit dolaylı yoldan sağlık sorunlarına sebep olabileceğinden, ön alma ve erken teşhis önemlidir. Bulaşma yollarını ve riskleri bilerseniz, kendinizi koruyabilir ve Hepatit virüslü enfeksiyonların erken teşhis edilmesini ve tedavisini sağlamış olursunuz. Bu el rehberi, farklı *viral* Hepatit çeşitlerini, koruyucu önlem ve testler ve aynı zamanda tedavi ve destek bilgilerini içerir.

Bir Hepatit enfeksiyonunda bir *virüs* vücuda girerek değişiklikler yapar ve enfekte olmuş kişiyi hasta eder. Çeşitli bulaşıcı organizmalar vücudun farklı bölgelerini etkiler, Hepatitte karaciğer etkilenir. *Viral* Hepatit çoğunlukla kişiden kişiye veya temiz olmayan yiyecekler yoluyla yayılır.

Hepatit-Virüsleri dünyanın çeşitli bölgelerinde farklı derecede yayılmıştır. Bu nedenle kişisel riskin değerlendirilmesinde köken ve seyahatlerin de dikkate alınması önem taşır. Bu broşürle Hepatit-Virüsü içeren enfeksiyonlara karşı nasıl korunabileceğiniz ve hastalık durumunda neyin yapılması gerektiği hususunda size önemli ipuçları vermek istiyoruz.

Karaciğer, insan vücudunun en önemli metabolik organıdır. Sağ üst karında bulunmaktadır. Vücudun bağırsak yoluyla kana aktardığı her şey karaciğere taşınır. Yenilen gıda maddeleri, diğer organlar için hazır hale getirilerek, burada dönüştürülür veya saklanır.



Resim: Metabolizmada merkezi organ olarak karaciğer

Karaciğerin en önemli görevleri arasında, daha sonra ihtiyaç halinde kana aktarılacak olan, albüminin (proteinlerin) yapımı yer alır. Proteinlerin parçalanması aynı şekilde yine karaciğerde gerçekleşir. Aynı zamanda hemen ihtiyaç duyulmayan şeker (glikoz) için bir depolama organı görevi yapar ve sindirim için safrayı oluşturur. Ayrıca karaciğerde vücut için önemli yağ maddeleri oluşturulur, vitaminler depolanır ve ihtiyaç halinde açığa çıkarılır. Karaciğer, örneğin büyüme için

gerekli olan önemli *hormonların* oluşumunda da rol oynar.

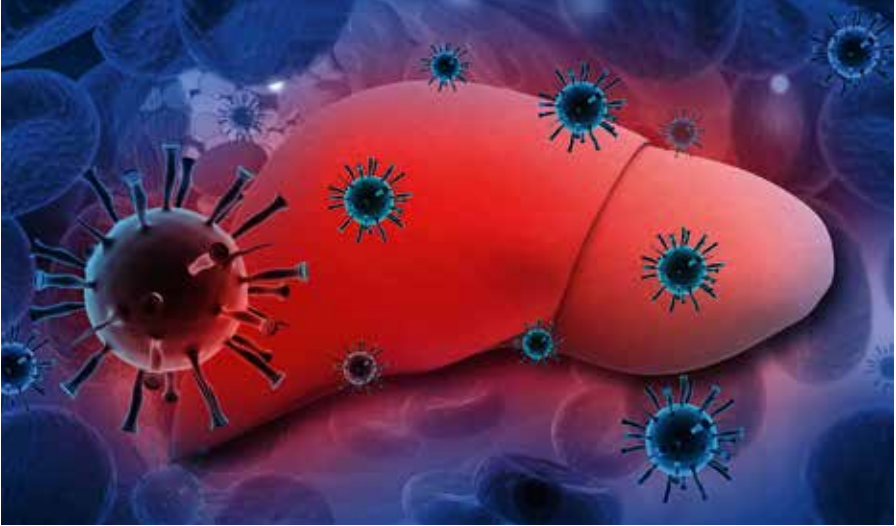
Karaciğer ayrıca en büyük detoksikasyon organımızdır. Alkol ve nikotin gibi zararlı maddeler önce toksinleri zararsız bileşenlere ayıran karaciğere gider. Bu nedenle birçok madde (örneğin alkol) karaciğere zarar verebilir.

3

Hepatit nedir?

Hepatit, "karaciğer iltihaplanması" (hepar = Yunanca karaciğer) anlamına gelir. Viral enfeksiyonların yanı sıra metabolik bozukluklar veya zehirlenmeler de, örneğin alkolden, sebepler arasında olabilir. Hasarlı karaciğer hücrelerinden *enzimler*, özellikle de transaminasyonlar açığa çıkar. Kandaki karaciğer transaminazındaki artış, Hepatit için önemli bir kanıttır.

Karaciğerin zarar görmesiyle metabolik bozukluk oluşabilir. Metabolitlerin birikmesiyle, ciltte veya göz akında dikkate değer bir sararma görülebilir. Bu durumda sarılık söz konusudur. Hepatitte enerji metabolizması da bozulabileceğinden, genel bir halsizliğe yol açabilir.



Hepatitin en yaygın nedenleri, Hepatit Virüslü A, B, C, D veya E enfeksiyonlarıdır. Enfeksiyona bağlı olmayan en yaygın nedenler, alkol tüketimi, yağ metabolizması bozuklukları ve ilaçların yan etkileridir.

GENEL HEPATİT BELİRTİLERİ ŞUNLARDIR:

- Sağ üst karın bölgesinde baskı hissi
- Genel olarak kendini hasta hissetme ve/veya hafif ateş
- İştahsızlık, bulantı ve şişkinlik
- Ciltte ve göz akında sarımsı renklenme ve de koyu renkli idrar
- Kaşıntı, bazı durumlarda hafif döküntü

Fakat her şeyden önce, kandaki yüksek karaciğer değerleri olası bir Hepatite işaret etmektedir. Elle muayene veya ultrason muayenesinde karaciğerin büyümesi tespit edilebilir. Kandaki belirli *antikorlar* ve viral bileşenler belirlenerek, Viral Hepatit olup olmadığı tespit edilebilir. Sebebin açık olmadığı durumda veya karaciğer hasarının derecesini tespit edebilmek için, bir doku örneği ("biyopsi") almak gerekli olabilir.

Hepatit A ve B'ye karşı aşılanabilirsiniz. Hepatit C ile ilgili herhangi bir zamanda bir risk söz konusu olmuşsa, mutlaka bir test yaptırın, çünkü günümüzde Hepatit C tedavi edilebilmektedir. Böylece, *karaciğer sirozu* veya karaciğer kanseri gibi daha sonra ortaya çıkacak olası sonuçlar önlenmiş olur.

HEPATİTLE İLGİLİ TEST VE TEDAVİ HİZMETLERİNİ NEREDEN ALABİLİRİM?

- Bazı federal eyaletlerde, mülteciler ve sığınmacılar ilk başvuruda Hepatit B ve C için test edilir.
- Annenin bakımı ve doğuma hazırlıkta Hepatit B Testi yaptırılabilir.
- Bulaşma riski taşımış kimseler, aile hekimliğinde test yaptırabilirler.
- Bilinen bir enfeksiyon riski olmasa da, bazı hastalık belirtilerinin anlaşılması için bir Hepatit Testi gerekli olabilir.
- Ücretsiz ve anonim testler sağlık daireleri ve danışma merkezlerinde de vardır.
- Belli meslek gruplarında örn. hastanelerdeki işe alımlarında, işveren, şirket doktorunun yapmış olduğu testi öder. Meslekten dolayı edinilmiş bir enfeksiyon durumunda, yasal kaza sigortası tedaviyi ödemektedir.

Sizi her zaman bir doktor tedavi edecektir. Hepatit gibi karaciğer hastalıkları için hepatologlar uzmanlaşmıştır.



Semptomları diğer başka viral Hepatit çeşitlerinden farklı olmayan Hepatit-A-Virüsü (HAV), Hepatit-A-Hastalığı'na yol açar. Virüs yüksek derecelerdeki ısıda da ölmez ve aynı zamanda dezenfektanlara karşı da güçlüdür ve dünya genelinde yayılmıştır. Hepatit A en sık gelişmekte olan ülkelerde görülür. Buralarda birçok insan daha çocukluk veya gençlik yaşında hastalanır. Hepatit A'ya karşı aşılanabilirsiniz.

BULAŞMA VE KORUNMA

Hepatit A virüsü dışıyla atılır ve vücuda ağız yoluyla girebilir. Bu nedenle, özellikle, atık su ile kirlenmiş yiyecekler veya içme suyu yoluyla bulaşabilir, fakat aynı zamanda hijyen eksikliği veya cinsel münasebet ile de bulaşır.

EN SIK BULAŞMA YOLLARI ŞUNLARDIR:

- Kirlenmiş yiyecekler ve içme suyu
- Yeterli olmayan sağlık tesisleri
- Yetersiz el yıkama
- Cinsel münasebet, özellikle anal-oral ilişki

BU NEDENLE YÜKSEK RİSK ALTINDA OLANLAR ŞUNLARDIR:

- Hepatit A'nın çok yaygın olduğu bölgelere seyahat edenler
- Bakıcılık mesleklerinde görev yapanlar
- Meslek icabı atık suyla ilgisi olanlar
- Erkeklerle cinsel ilişkisi olan erkekler



Hepatit A'ya karşı uzun yıllar koruyuculuğu olan bir aşı mevcuttur. Tüm risk gruplarına önerilmektedir. Bazı durumlarda sağlık sigortası veya işveren masrafları karşılamaktadır. Danışın ve gerekirse kendinizi aşılatın.

Normal ev hijyeni ve gıdaların dikkatli kullanımı, Hepatit A dahil olmak üzere birçok enfeksiyonu önler. Her tuvaletten sonra ve aynı zamanda yemeklerin ve yiyeceklerin hazırlanması sırasında ellerinizi yıkayınız ve taze meyve ve sebzeleri özenle yıkayınız.

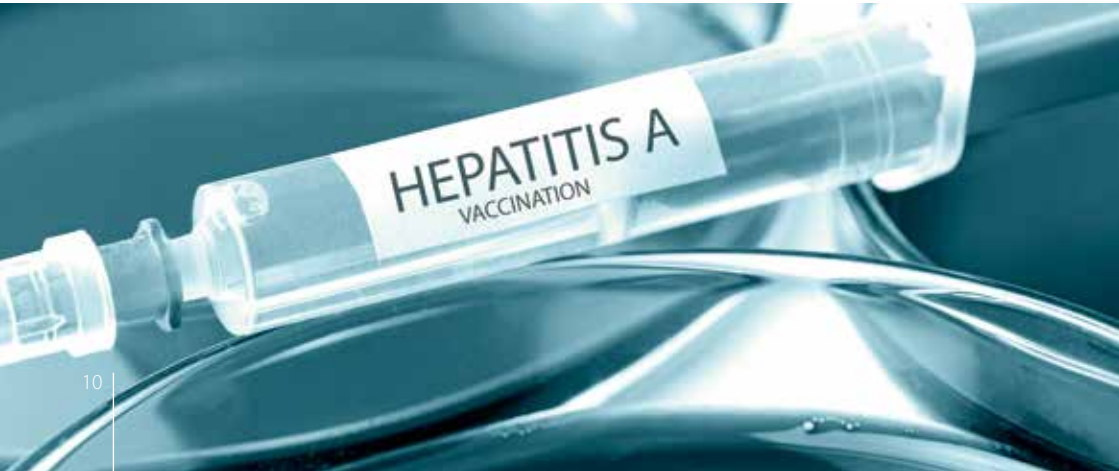
Mesleki olarak hasta bakımı alanında çalışıyorsanız veya atık suyla uğraşmak zorundaysanız, bulaşmaya karşı koruyan hijyen kuralları vardır. Emin değilseniz, işvereninize veya sendikanıza danışınız.

TEŞHİS VE TEDAVİ

Enfeksiyon özellikle çocuklarda genellikle fark edilmeden gelişir. Fakat 15 ila 50 günden sonra tipik Hepatit semptomları görülmeye başlar. Çoğunlukla yaşlı insanların daha ağır semptomları olur. Eğer Hepatit A geçirdiyse, hastalığın tekrardan korunmuş (bağışık) olursunuz. Çok nadiren karaciğer yetmezliği gibi ağır bir hastalık seyreder.

Hepatit semptomlarında, karaciğer enzimlerinin yüksekliği test edilir. *Antikorların* saptanması, daha önce geçirilmiş ve mevcut bir enfeksiyonu gösterebilir.

Hepatit-A-Virüsü ile günümüzde ilaçlarla mücadele edilememektedir. Tedavi, örneğin, ateş, bulantı ve kusma gibi semptomlar geçene kadar, vücudun iyileşmesine destek olur. Bu, karaciğere zarar verebilecek her şeyden sakınmanız (alkol, belirli ilaçlar) ve yeterli miktarda su içmeniz gerektiği anlamına gelir.



Hepatit-B-Virüsü (HBV) dünyadaki en yaygın Hepatit hastalıklarından birine neden olmakla birlikte, farklı bölgelerde farklı düzeyde yayılmıştır. Birçok yetişkin *akut* olarak gelişen bir Hepatit-B-Enfeksiyonu sonucunda tamamen iyileşir. Böylece, genellikle yeni bir enfeksiyona karşı, ömür boyu korunmuş (bağışık) olurlar. Bununla birlikte, yetişkinlerin %5 – 10'unda ve daha sıklıkla küçük çocuklarda, virüs altı aydan uzun bir süre kanda saptanabilir durumdadır. Bu durumda *kronik* Hepatit B söz konusudur. Hepatit B'ye karşı aşılabilirsiniz.

BULAŞMA VE KORUNMA

Virüs özellikle kan yoluyla, fakat tükürük, seminal sıvı ve vajinal salgı gibi diğer vücut sıvılarıyla da enfekte bir kişiden enfekte olmayan bir kişiye bulaşır. İnsanların birbiriyle olan normal yaşamında ve evde bulaşma riski düşüktür.

EN SIK BULAŞMA YOLLARI ŞUNLARDIR:

- Cinsel münasebet
- Uyuşturucu kullanımında ortak kullanılan enjektör ve iğneler
- *Steril olmayan* piercing, dövme veya traş olma
- Steril olmayan örneğin geçmişte uygulanmış tıbbi müdahaleler veya eksik hijyen uygulanan bölgeler
- Doğum sırasında anneden çocuğa geçmesi.

BU NEDENLE YÜKSEK RİSK ALTINDA OLANLAR ŞUNLARDIR:

- Erkeklerle cinsel ilişkisi olan erkekler
- Sık sık farklı kişilerle ilişki kuran kimseler
- Damar yoluyla uyuşturucu kullananlar
- Tutuklu olanlar
- Kanla ilgisi olan sağlık personeli
- Enfekte olmuş annelerin çocukları

Hepatit-B-Enfeksiyonu'nun çok yaygın olduğu dünyanın herhangi bir bölgesinden geliyorsanız, Hepatit-B-Virüsünü bilmeden taşıyabilirsiniz. Bu bölgelere özellikle Asya, Güney Pasifik, Sahra Altı Bölgesi, Güney Amerika ve Orta Doğu girmektedir. Ancak, Akdeniz Bölgesi'nde ve Doğu Avrupa'da da, Hepatit-B-antikorları olan insanlar, Almanya'da olduğundan çok daha fazla bulunur.

Aşı yaptırın ve gerekiyorsa tedavi olun.

Doğumda enfekte olan yeni doğanlar, özellikle daha sık *kronik* Hepatit-B rahatsızlığına yakalanır. Doğumdan hemen sonra, yeni doğanın aşılınması durumunda, doğum sırasındaki bulaşma önlenemez. Bu nedenle annelerin doğumdan önce testten geçirilmeleri önemlidir. Almanya'da, bundan dolayı bu test, anneyi koruma yönergesinde yasa yoluyla belirlenmiştir.

Kronik Hepatit B'si olan kişiler, başkalarına bulaştırabilir. Cinsel ilişki sırasında prezervatifle kendinizi koruyun. Uyuşturucu araçlarını ortak kullanmayın. Birçok yardım organizasyonu ve danışmanlık merkezleri uyuşturucu kullanan kişilere, *steril* iğne takımları vermektedir. Traş makinelerini, tırnak makaslarını ve diş fırçalarını ortak kullanmayın.

TEŞHİS VE TEDAVİ

Etkilenenlerin yaklaşık üçte birinin hiç şikayeti yoktur. Akut Hepatit B'de önce iştah kaybı, eklem ağrısı, halsizlik, bulantı/kusma veya ateş gibi belirtiler ortaya çıkar. 3 ila 10 gün sonra, ciltte sararma oluşabilir ve idrarın rengi koyulaşır. Çok az insan ciddi şekilde hastalanır ve olası bir karaciğer yetmezliği gelişir. Yetişkinlerin % 90'ından fazlası başka sonuçlara yol açmaksızın tamamen iyileşirler.

Çocukluk yaşındaki enfeksiyonlar tamamen farklıdır – % 90'ın üzerinde kronik Hepatit B'ye dönüşür. Yani virüs bileşenleri altı aydan uzun bir sürede saptanabilmektedir.

Kronik Hepatit B'de, *karaciğer fibrozisi* ve siroz için büyük bir risk söz konusudur. Bunlar karaciğerin işlevini etkiler. Siroz da ayrıca, karaciğer kanseri riskini arttırmaktadır.

Yüksek karaciğer değerleri, olası Hepatit B'nin bir göstergesidir. Emin olmak için kan testleri gereklidir. *Akut* ve kronik Hepatit B'yi ayırtmak önemlidir, çünkü kronik enfeksiyon, sonradan ortaya çıkabilecek sonuçların göstergesidir. Karaciğerin hasarını tespit edebilmek için, karaciğer dokusu alınması (karaciğer biyopsisi) gerekebilir.

Kronik Hepatit B'li kişiler genellikle antiviral tedavi alırlar. Özellikle virüs yoğun olarak artar veya karaciğer iltihaplanır veya zarar görmüş ise.



Hepatit C'ye, Hepatit-C-Virüsü (HCV) neden olur. Hepatit C Virüsü'nde farklı şekiller, *genotipler* ayırt edilir. Farklı bölgelerde ve nüfus gruplarında farklı düzeyde yayılmıştır. Bir aşı mevcut değildir.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre, dünya genelinde her yıl 1,75 milyon insan, Hepatit-C-Virüsü ile yeni enfekte olmaktadır. Kronik olarak enfekte olanların sayısı 71 milyon olarak tahmin edilmektedir. Daha sonra oluşabilecek etkilerden dolayı, bu önemli bir sağlık konusudur: Kronik Hepatit C olan kimsele-
rin ortalama dörtte birinde, 20 yıl sonrasına kadar karaciğer sirozu, bazılarında da karaciğer kanseri

oluşabilmektedir. Bu durum, karaciğer nakli olma riskini artırır.

Bugün, kronik Hepatit C vakalarının %95'i ilaçla tedavi edilebilmektedir. Şayet Hepatit C riski-
niz herhangi bir zamanda söz konusu olmuşsa, o zaman bir test yaptırın.



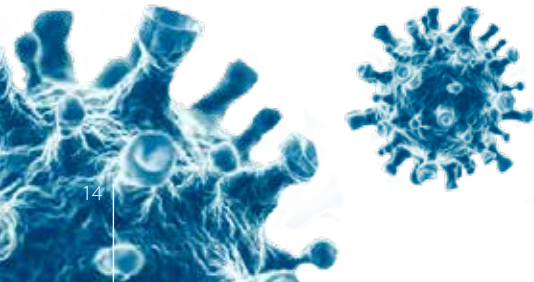


BULAŞMA VE KORUNMA

Hepatit-C-Virüsü özellikle kan teması yoluyla aktarılır. Çok küçük bir miktar enfekte olmuş kanın, enfekte olmamış bir kimsenin kan dolaşımına girmesi bile yeterli olmaktadır. Cinsel yolla bulaşma nadir görülür, fakat mümkündür, özellikle, cinsel münasebet sırasında ufak yaralanmalar olursa. Hepatit C anne sütü, birlikte yeme-içme veya sosyal ilişkiler yoluyla bulaşmamaktadır.

EN SIK BULAŞMA YOLLARI ŞUNLARDIR:

- İğne, enjektör, tüp ve damar yoluyla uyuşturucu kullanımında eşyaların ortak kullanımı ve de burna uyuşturucu çekme („Sniefen“)
- Korunmasız cinsel münasebet, özellikle de erkeklerle cinsel ilişkisi olan erkekler için
- *Steril olmayan* tıbbi müdahaleler, örneğin geçmişte uygulanmış veya eksik hijyen uygulanan bölgeler (özellikle bir çok defa kullanılmış iğne ve enjektörler, örneğin aşı kampanyaları veya diş hekimliğinde)
- Hepatit C için, kan ve kan ürünlerinin rutin testlerinin yapılmasına başlanmadan önce yapılan kan transfüzyonları (Almanya’da 1992’den önce).



BU NEDENLE YÜKSEK RİSK ALTINDA OLANLAR ŞUNLARDIR:

- Damar yoluyla uyuşturucu kullanan veya koklayan kişiler
- Erkeklerle cinsel ilişkisi olan erkekler
- Tutuklu olanlar
- Kontrolden geçmemiş kan veya kan ürünleri alan, organ nakli olan veya hemodiyalize giren kişiler (Almanya'da 1992'den önce)
- Yüksek HCV-Enfeksiyonu oranına sahip bölgelerden insanlar (Afrika, Orta ve Doğu Asya).

Hepatit C'ye karşı bir aşı bulunmamaktadır. Cinsel ilişki sırasında prezervatifle kendinizi koruyun. Uyuşturucu araçlarını ortak kullanmayın. Birçok yardım organizasyonu ve danışmanlık merkezleri uyuşturucu kullanan kimselere, *steril* iğne takımları vermektedir. Traş makinelerini, tırnak makaslarını ve diş fırçalarını da ortak kullanmayın.

TEŞHİS VE TEDAVİ

Vakaların yaklaşık üçte birinde, vücut virüsü genellikle semptomsuz yener. Bu olmazsa, Hepatit C kronikleşir. Bu durumda da hiç belirti görülmez veya hafif belirtiler görülür. Ancak, kronik hepatit C ile, 20 ila 25 yıl sonra, etkilenenlerin %2 ila %35'i başlangıçta *karaciğer fibrozisi* ve sonrasında muhtemelen *karaciğer sirozu* geliştirir. Karaciğer daha sonra işlevini giderek kaybeder. Sirozlu kişilerin yaklaşık %2 ila %5'i her yıl karaciğer kanserine yakalanır.

Hepatit C için ilk test, antikorların arandığı bir kan testidir. Bunlar ancak, virüsü doğal olarak yenen veya tedavi ile iyileşen kişilerin kanında da ortaya çıkar. Bu nedenle, pozitif bir antikor testinde başka bir kan testi yapmak önemlidir. Burada, virüsün genetik materyali (*RNA*), kanda tespit edilir (*RNA-Testi*). Karaciğer dokusunun alınması (karaciğer biyopsisi), karaciğer hasarının evresini belirlemek için gerekli olabilir.

Kronik Hepatit C, mümkün olduğunca erken tedavi edilmelidir, çünkü yaş ilerledikçe ve hastalığın ilerlemesiyle daha sonra oluşacak etkilerin riski artmaktadır. Tedavinin amacı virüsü vücuttan kalıcı olarak uzaklaştırmaktır.

Birkaç yıl öncesine kadar, Hepatit C sadece *interferon* ve diğer ilaçların bir kombinasyonu ile tedavi edilebilmekteydi. Bu tedavi şekli aylarca sürerdi, güçlü yan etkileri vardı ve virüs çeşidine göre başarılar farklı oluyordu.

2011'den bu yana, virüslerin çoğalma sürecine müdahale eden yeni ilaçlara tedricen izin verilmiştir. Tedavi bu şekilde kısalmış, daha iyi tolere edilmiş ve vakaların %95'ından fazlasında başarılı olmuştur. Eskiden gördüğünüz bir tedavi başarısız olmuş olsa bile, bugün iyileşme şansınız çok yüksektir. Sirozu ve karaciğer kanserini önlemek için, kronik Hepatit C ilke olarak, her zaman tedavi edilmelidir. Böyle bir durum sizde varsa, uzman hekiminizin muayenehanesinden ve bu el rehberinin sonunda bulunan kuruluşlardan bilgi ediniz.

Diğer bazı enfeksiyonlardan farklı olarak, iyileşmiş Hepatit C bulaşıcılık kazandırmaz. Yani yeneden enfeksiyon kapabilir ve buna göre kendinizi korumalısınız.

Hepatit-D-Virüsü (veya Delta-Virüsü) sadece Hepatit-B-Virüsü ile bağlantılı olarak ortaya çıkmaktadır. Hepatit D dünyanın farklı bölgelerinde farklı düzeyde yayılmıştır. Buna ayrıca Hepatit D'li bir enfeksiyon eklendiğinde, Hepatit B hastalığı karaciğer sirozu ve kanseri oluşması riski ile daha ağır seyredebilir.

BULAŞMA VE KORUNMA

Hepatit B'de olduğu gibi Hepatit D de, özellikle kandan kana temas yoluyla geçer. Vücut sıvısı ve mukoza ile temas yoluyla da, örneğin cinsel münasebetle, bulaşma aynı şekilde mümkündür. Hepatit B'ye karşı etkili bir aşı koruması, Hepatit-D-Enfeksiyonunu da önler. Hepatit B geçirmiş ve iyileşmiş olsanız bile, bağışıklık kazanmış olursunuz.

Hepatit B için koruyucu önlemler Hepatit D için de geçerlidir. Bu nedenle, tıraş makinası, tırnak makası ve diş fırçalarının yanı sıra uyuşturucu kullanımında şırınga ve iğnelerin ortak kullanımından sakının ve prezervatif kullanın. Hepatit-D-Virüsü, Akdeniz, Yakın Doğu, Pakistan, Orta ve Kuzey Asya, Japonya, Tayvan, Grönland'ın yanı sıra Afrika Boynuzu'ndaki ülkeler, Batı Afrika, Amazon Havzası ve Pasifik'teki belli bölgelere yayılmıştır.

Kronik Hepatit B'ye zaten sahipseniz ve bu bölgelere seyahat etmek istiyorsanız, koruma özellikle bu nedenle önem taşır. Seyahat planlarınızı doktorunuzla vakitlice görüşün.

TEŞHİS

Hepatit B ve D ile eşzamanlı bir enfeksiyon durumunda, genellikle hiçbir semptom görülmez. Ancak tipik Hepatit rahatsızlıkları ortaya çıkabilir. Etkilenenler genellikle tamamen iyileşir ve vakaların sadece %5'inde kronik bir hastalığa neden olur. Mevcut kronik Hepatit B'ye bir Hepatit-D-Enfeksiyonunun eklenmesi daha risklidir. Böyle bir durumda hastalık, vakaların %70-90'ında şiddetli seyreder ve karaciğer sirozuna daha erken yol açar.



Bu Hepatite neden olan, Hepatit-E-Virüsünün farklı *genotipleri* dünyanın farklı bölgelerinde yaygındır. Çoğu hastalık Güneydoğu ve Orta Asya, Kuzey ve Batı Afrika, Orta Amerika ve Orta Doğu'da dışkılarla kirlenmiş su ile ortaya çıkmaktadır. Almanya'da Hepatit E vakaları çok artmıştır.

Genellikle akut enfeksiyon kendi kendine iyileşir. Ancak, hamile kadınlar ve karaciğer hastaları için hayatı tehlike arz eder. Bağışıklığı zayıf olan kişiler (örneğin, organ nakli olan, diyalize giren veya HIV pozitif olanlar) daha sık kronik Hepatit E geliştirir.

BULAŞMA VE KORUNMA

Hepatit A'da olduğu gibi, bulaşma genellikle insan dışkıyla kirlenmiş içme suyu veya gıdalarla olur, Almanya'da muhtemelen evcil domuz veya yaban domuzu etinin çiğ tüketimiyle ilgilidir. Almanya'da herhangi bir koruyucu aşıya ruhsat verilmemiştir. Hepatit E salgınlarının bilindiği bölgelere seyahat ederken, riskle ilgili önceden bilgi edinebilir ve temiz içme suyu ve yiyecek hususunda dikkat etmelisiniz. Almanya'da da, sadece iyi pişmiş et yemek tavsiye edilir.

TEŞHİS VE TEDAVİ

Nadiren de olsa tipik Hepatit şikayetleri genel olarak 14 ila 60 gün sonra görülür. Buna ek olarak, bazı durumlarda sinir sistemi rahatsızlıkları gözlemlenir. Hamilelerde, özellikle gebeliğin son üç ayında ve de karaciğer hastalarında, Hepatit E çok zor seyrederek ve vakaların % 20'si ölümlü sonuçlanır. Şayet bağışıklık sistemi zayıflamış kişilerde kronik Hepatit E gelişirse ve tedavi edilmezse, görece kısa bir sürede (birkaç yıl) karaciğer sirozuna yol açabilir.

İlk olarak kan Hepatit-E-Antikorları yönünden test edilir. Kronik bir hastalık şüphesinde, virüsün genetik materyali yönünden kan veya gaita testi yapılabilir.

Almanya'da Hepatit E'ye özel bir tedavi izni verilmiş olup, araştırılmaya devam edilmektedir. Ancak, bazen semptomların giderilmesi için kullanılan ilaçlar vardır.



Akut

Hastalıklarda: aniden ortaya çıkan, hızlı ve şiddetli seyreden

Antikor

Antikor vücuda giren patojenleri etkisiz hale getirmek için, bağışıklık sistemince oluşturulur. Onlar bireysel olarak patojene uyumlu hareket ederler. Antikorlar bu nedenle kanda belirli bir enfeksiyonun bulunup bulunmadığına kanıt olabilirler. Bazı durumlarda patojeni bir kez yenmeleri halinde vücuda uzun süre bağışıklık kazandırırılar.

Enzim

Kimyasal reaksiyonları hızlandırmak için, vücut tarafından oluşturulan yardımcı madde. Metabolizmada önemli bir kontrol işlevi üstlenir.

Genotip

Bir canlının genotipi, genetik materyalinin değişik bir şeklidir. Aynı türün bireyleri, özelliklerini etkileyecek küçük sapmalara sahip genotipleri olabilir. Virüsler bile farklı genotip-varyasyonlarında, örneğin hastalığın seyrini ve tedaviyi etkileyebilecek şekilde, var olabilirler.

Hormon

Vücut hücrelerinden üretilen ve hedef organdaki belirli etki veya fonksiyonları harekete geçiren, taşıyıcı madde.

İnterferon

İnterferonlar virüslerin ve de tümörlerin atılması için, vücudun kendisinin oluşturduğu maddelerdir. Sentetik olarak üretilen interferon, viral hastalıklarda ilaç olarak kullanılır. İnterferonla tedavinin çoğunlukla arzu edilmeyen etkileri vardır.

Karaciğer Fibrozisi

Karaciğer Fibrozu'nda ölmüş karaciğer hücreleri, bağdokusu tarafından ikame edilir. Karaciğerin lobül yapısı ve içinden geçen kan damarları, ilk başta bundan etkilenmez.

Karaciğer Sirozu

Karaciğer Fibrozisi'nden gelişir. Nodüler değişikliklerin oluşumu, yara izleri ve karaciğer hücre yapısının artan yıkımı vasıtasıyla, karaciğer işlevini daha fazla kaybeder.

Kronik

Hastalıklarda: sürekli, uzun bir süre boyunca devam eden anlamında

RNA

Ribonükleik asit (RNA), bazı virüslerin (RNA virüsleri) genetik materyalini oluşturan maddedir. RNA testleri, kandaki farklı virüslerin RNA'larını tespit edebilir ve ölçebilir.

Steril/steril olmayan

Steril, patojen içermeyen anlamına gelir. İnsan vücuduna müdahalelerde kullanılan araç ve gereçler, ısı veya kimyasal işlemlerle steril hale getirilmelidir (sterilize edilmelidir). Steril olmayan, patojenlerin bulunmamasının sağlanmadığı anlamına gelir.

Virüs/viral

Virüsler, çoğalmak için bir canlının konak hücrelerine ihtiyacı olan, bulaşıcı zerreciklerdir. İçinde genetik malzeme bulunan bir dış kabuktan oluşurlar. Birçok bulaşıcı hastalığa, viral Hepatit de dahil olmak üzere, virüsler neden olur. İnsanın bağışıklık sistemi özellikle antikorlar vasıtasıyla, virüslerle savaşır.

10

Notlar

Viral Hepatit

Güncel Bilgiler, Koruma ve Tedavi

KARACİĞER HASTALIĞI'NDA YARDIM VE TAVSİYE

Alman Karaciğer Vakfı 2006 yılında kurulmuştur. Amacı, karaciğer hastalıklarının erken tanısı ve tedavisini sürekli iyileştirmektir. Alman Karaciğer Vakfı, hastalar ve yakınları için tıbbi konularda, bilgi ve danışma hizmeti sunmaktadır.

Alman Karaciğer Vakfı
(Deutsche Leberstiftung)
Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover
www.deutsche-leberstiftung.de

Alman Karaciğer Yardım Derneği, uzmanlaşmış doktorları ve kendi kendine yardım kuruluşlarının menfaatlerini bir araya getirir.

Bilgi verir ve bilgi sağlar. Bazı şehirlerde Hepatit (veya diğer karaciğer hastalığı) olan kişiler, gruplar oluşturmuşlardır.

Kendi kendine yardım grupları olarak, Alman Karaciğer Yardım Derneği'nin mensuplarıdır.

Alman Karaciğer Yardım Derneği
(Deutsche Leberhilfe e.V.)
Krieler Straße 100, 50935 Köln
www.leberhilfe.org

HIV'LE İLGİLİ GÜNCEL BİLGİLER

Etno-Tıp Merkezi, AIDS & Mobility Projesi çerçevesinde, altı Avrupa ülkesinden ortaklarla işbirliği içinde HIV/AIDS hakkında bir broşür geliştirmiştir.

<http://www.aidsmobility.org/326.0.html>

ULUSLARARASI LİNKLER

Dünya Hepatit Ittifakı, Hepatit B ve C'nin yayılması ve hastalığın durdurulmasını hedef olarak belirlemiştir. Her yıl Dünya-Hepatit-Günü'nü düzenler. Uluslararası bir kuruluş olarak görüşlerini, İngilizce, Fransızca, Arapça, Çince, Rusça, İspanyolca ve Portekizce olarak yayınlamaktadır.

www.worldhepatitisalliance.org