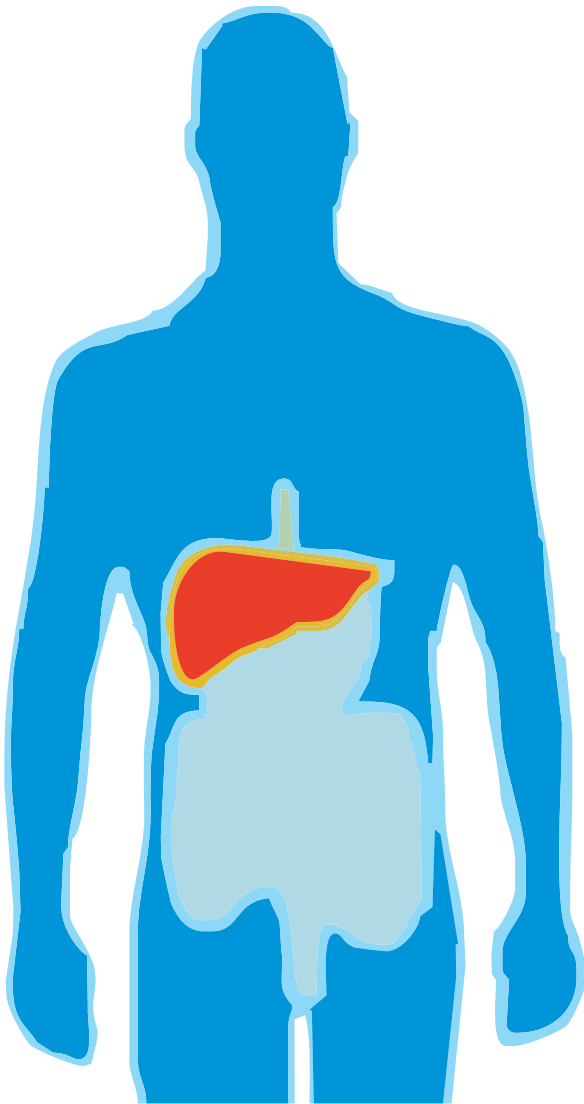


HEPATITIS

B



UVOD

Ova brošura će vam omogućiti pregled informacija o hepatitisu B. Nije joj namjena zamijeniti važan odnos koji trebate razviti sa svojim osobnim liječnikom, već pomoći vam u komunikaciji sa svim stručnjacima koji su zaduženi za kontrolu vašeg zdravstvenog stanja.

ZA KOGA JE OVA BROŠURA?

Za razumijevanje sadržaja nije potrebno znanje o hepatitisu B. Ako imate hepatitis B ili mislite da ste izloženi riziku zaraze virusom, ova knjižica će vam ponuditi odgovore na neka vaša pitanja.

ZAŠTO BI JE TREBALI PROČITATI?

Brošura pruža uvid u informacije o hepatitisu B, kako ga možete dobiti te kako možete smanjiti rizik od zaraze. Tu su i poglavlja koja pokrivaju različite testove (dijagnostika i nadziranje bolesti) te koje su terapije i cjepiva na raspolaganju.

Podaci koje ćete ovdje pronaći o hepatitisu B pomoći će vam da bolje razumijete medicinske procedure sa kojima ćete se susresti te što možete dalje očekivati. Nadamo se da će to otkloniti tjeskobu sa kojom se mnogi ljudi susreću u tim trenucima.

GDJE MOGU DOBITI DODATNE INFORMACIJE?

Ako imate dodatna pitanja o svom zdravstvenom stanju i terapiji, trebate se obratiti svom liječniku opće prakse, gastroenterologu, hepatologu, infektologu i ostalim stručnjacima specijalistima.

VIRUSNI HEPATITIS

Hepatitis u doslovnom prijevodu podrazumijeva upalu jetre. Može nastati iz više razloga. Infekcija virusom hepatitisa B samo je jedan od njih. Pretjerana i dugotrajna konzumacija alkohola, loša ishrana, neke infekcije i pojedini lijekovi također uzrokuju upalu jetre. Virusni hepatitis znači da je virus uzročnik upale.

PREGLED VIRUSNIH HEPATITISA

Postoji više različitih vrsta virusnih hepatitisa. Označavaju se slovima od A do G. Svi tipovi virusnih hepatitisa zasebni su i različiti. Mnogi se prenose na slične načine, pa im je i prevencija od zaraze slična. Za neke od njih postoje terapije, neki se čak mogu izliječiti a za pojedine postoje i preventivna cjepiva. Svi uzrokuju oštećenje jetre i ako se infekcija ne liječi, oštećenja variraju od blagih do teških, ovisno o tipu virusa.

Sve vrste virusnog hepatitisa imaju akutnu (kratkotrajnu) fazu. Simptomi se mogu, ali i ne moraju pojaviti. Kada se pojave, ne traju duže od nekoliko tjedana. Simptomi često nalikuju simptomima prehlade, često se može pojaviti umor, tamna mokraća, svijetla stolica a katkada i žutica (žutilo kože i bjeloočnica).

Neke vrste hepatitisa imaju i kroničnu (dugotrajnu) fazu. Ovaj se termin upotrebljava ako infekcija traje duže od 6 mjeseci. Hepatitis B može biti akutan ili kroničan.

EPIDEMIOLOGIJA

Procjenjuje se da u svijetu kronični hepatitis B ima oko 350 milijuna ljudi, a oko 2 milijarde ljudi jednom je u životu bilo izloženo virusu i nisu nužno razvili kroničnu infekciju! Smatra se da na svijetu ima gotovo šest puta više osoba sa hepatitisom B nego osoba zaraženih virusom HIV-a.

Neslužbene procjene su da je u Hrvatskoj oko 400.000 ljudi jednom u životu došlo u kontakt sa HBV-om. Postoje velike šanse da poznajete nekoga sa hepatitisom B.

RIZIČNE SKUPINE ZA ZARAZU

Veliki broj osoba zaraženih hepatitisom B čine ovisnici o drogama koji međusobno razmjenjuju igle.

Virus se najčešće širi spolnim putem pri odnosu bez zaštite, tako da je naročito opasan i analni seks. Homoseksualni muškarci još su jedna grupacija sa velikim brojem zaraženih osoba.

U zapadnom svijetu, seksualna aktivnost je najčešći način prijenosa hepatitisa B. Ostali rizici su: razmjena igala i ostalog pribora kod ovisnika, prijenos zaraze sa majke na dijete, profesionalni rizici - na primjer, kod medicinskog osoblja.

ČINJENICE O HEPATITISU B

- Hepatitis B je 100 puta zarazniji od HIV-a i 10 puta zarazniji od hepatitisa C.
- Virus može preživjeti izvan tijela na suhoj površini više od tjedan dana. Neki smatraju da u osušenoj krvi može ostati zarazan i mjesecima.
- Ljudi se često osjećaju bolesnije sa hepatitisom B nego sa hepatitisom A. Može proći i nekoliko mjeseci prije nego se oporave i povrate zdravlje.
- Otprilike 9 od 10 odraslih osoba sa hepatitisom B razvije samo akutno stanje zaraze, odnosno organizam se uspije "očistiti" od virusa.
- Ipak, jedna od 10 osoba ne uspije ozdraviti prirodnim putem, spontano. Kod odraslih osoba, kroničnu infekciju obično razviju imunosuprimirani bolesnici. Takvo stanje može dovesti do teškog oštećenja jetre - ciroze (stvaranje ožiljaka), raka jetre (hepatocelularnog karcinoma - HCC-a) i/ili do potrebe za transplantacijom jetre. 90% djece do jedne godine starosti razvije kroničnu infekciju hepatitisom B; kod nekih u kasnijoj životnoj dobi može doći i do ciroze.
- Gotovo milijun ljudi umire svake godine od posljedica zaraze hepatitisom B.

Da bi ste se zarazili hepatitisom B potrebno je doći u kontakt sa virusom. U tom slučaju, virus mora imati mogućnost ulaska u krvotok. Virus može preživjeti izvan ljudskog tijela tjedan dana, što znači da bi prolivena krv, osušena krv na ručnicima itd., mogla sadržavati aktivni virus.

AKUTNA INFEKCIJA

Početna zaraza hepatitisom B zove se akutna infekcija; ona podrazumijeva bolest koja traje manje od 6 mjeseci.

Akutna infekcije može se podijeliti u 4 faze:

- ① *Period inkubacije* je vrijeme između trenutka ulaska virusa u krvotok i pojave prvih simptoma. Simptomi mogu biti toliko blagi da osoba nije niti svjesna imunološke reakcije na zarazu. Ova faza može trajati od 30 do 180 dana, ali se 2 mjeseca uzima kao prosjek trajanja ove faze zaraze. Za vrijeme perioda inkubacije osoba je zarazna i može prenijeti virus na druge.
- ② *Prodromalni ili preikterični period* traje od 3 do 10 dana. Za ovo vrijeme moguća je pojava umora, mučnine i gubitka apetita. Najvjerojatnije će se razviti simptomi koji upućuju na žuticu (žutilo kože i bjeloočnica).
- ② Otprilike polovica osoba zaraženih virusom hepatitisa B razvije neki oblik žutice, od blage do teške. Ovo se događa tijekom *ikteričnog perioda*. Moguće je da mokraća promijeni boju i postane znatno tamnija a stolica svjetlija. U svakom slučaju je važno zapamtiti da polovica zaraženih osoba ne osjeća nikakve simptome bolesti.
- ② *Period oporavka* može biti praćen izraženim umorom i mučninama, ali ovi simptomi se vremenom smiruju.

Još uvijek ne postoji prihvaćena terapija za akutni hepatitis B: tijelo će se najčešće samo izboriti sa virusom. Zaražena osoba može osjećati neke posljedice zaraze i osjećati se premoreno jedno vrijeme ali uglavnom, zdravlje će se vratiti i neće ostati trajnih oštećenja jetre.

KRONIČNA ZARAŽENOST

Dugotrajna zaraza hepatitisom B naziva se kronična infekcija. Ovaj termin se upotrebljava ako bolest traje duže od 6 mjeseci.

Postoje terapije za kronični hepatitis B ali pravog lijeka još uvijek nema. Za niti jedan trenutno dostupan lijek ne može se sa sigurnošću reći da će uništiti virus u tijelu. Isto tako, neće niti spriječiti ponovnu zarazu. Dobra vijest je da postoji cjepivo koje pruža zaštitu od zaraze.

Kronična zaraza može dovesti do fibroze, što doslovno znači stvaranje ožiljaka na tkivu jetre. Ako cijela jetra postane fibrozna nastaje ciroza. Što je više ožiljaka tj. oštećenja na jetri, time je funkcija jetre više oštećena. Kod kroničnog hepatitisa B može doći i do razvoja raka jetre (hepatocelularnog karcinoma). Kod bolesti kao što su ciroza i rak jetre može doći do otkazivanja jetre te potrebe za transplantacijom.

NOSITELJ VIRUSA

Često se može naići na termin "nositelj" virusa za osobu koja je zaražena hepatitisom B. Ovi pojedinci su potencijalno zarazni iako nemaju nikakve simptome zaraze i često su im svi nalazi jetre "normalni".

Kod njih isto postoji rizik razvoja oštećenja jetre uključujući cirozu i rak jetre. Neki ljudi sa hepatitisom B imaju minimalna oštećenja jetre i nikada ne dolazi do većih komplikacija. Sa druge strane, kod nekih se razviju teške bolesti koje ozbiljno ugrožavaju zdravlje.

NAČINI PRIJENOSA HBV-a

Do zaraze može doći samo ako krv ili tjelesne tekućine zaražene osobe uđu u tijelo osobe koja nije imuna.

NAČINI PRIJENOSA

Hepatitis B se može prenijeti na slijedeće načine:

- vaginalnim, analnim ili oralnim seksom bez zaštite;
- razmjenom igala i sličnog pribora za ubrizgavanje;
- sa majke na dijete tijekom poroda, trudnoće ili dojenja;
- korištenjem tuđih naprava za ušmrkavanje opojnih droga;
- tetoviranjem sa opremom koja nije odgovarajuće sterilizirana;
- obavljanjem piercinga (bušenja dijelova tijela) sa opremom koja nije sterilizirana;
- razmjenom žileta, pribora za šišanje, četkica za zube, grickalica, igala za akupunkturu i sl.;
- putem mokraće, ako u njoj ima krvi. Isto vrijedi i za sadržaj povraćanja;
- transfuzijama krvi, plazme i ostalih tjelesnih tekućina;
- ubodima iglom ili porezotinama izazvanim zaraženim predmetom.

PRIJENOS SEKSUALNIM ODNOSOM

Ovaj način prijenosa hepatitisa B je najčešći. Zaražena osoba može prenijeti virus na drugu osobu ako prakticiraju spolni odnos (vaginalni, analni ili oralni) bez kondoma. Hepatitis B se može dobiti svim vrstama seksualnih odnosa. Analni seks je u nešto rizičniji od vaginalnog odnosa (2%).

U svakom slučaju, svaki oblik seksualnog odnosa sa zaraženom osobom predstavlja rizik jer je hepatitis B izrazito zarazan. Cijepljenje protiv hepatitisa B je najučinkovitiji način zaštite. Upotreba kondoma je učinkovita ali nije i 100% sigurna zaštita, jer kondom ponekad može spasti ili poderati se.

ORALNI SEKS

Hepatitis B se može prenijeti i oralnim seksualnim odnosom. Virus je prisutan u krvi i u sjemenoj tekućini.

HBV je zarazniji od HIV-a čak 100 puta, tako da svaki oblik oralnog seksa predstavlja rizik. Rizik je povećan ako je prisutna ejakulacija, ako vam krvare desni ili imate ranice (u ustima ili u području usana) ili ako je prisutna upala (upala grla ili neka druga spolno prenosiva infekcija).

Upotreba kondoma u ovom slučaju isto tako smanjuje mogućnost zaraze. Posebno je potrebno voditi računa da ne dođe do oštećenja kondoma.

KONDOMI (PREZERVATIVI) I LUBRIKANTI

Svaki kondom je u procesu proizvodnje testiran kako bi se ustanovili eventualni nedostaci. Često na pakiranjima možemo pronaći znak CE kao potvrdu kvalitete.

PRIBOR ZA KONZUMACIJU DROGA

Cijepite se protiv hepatitisa B!

Da bi ste se zarazili hepatitisom B, dovoljna je i mala točkica krvi. Ona može biti i nevidljiva ljudskom oku a ipak sadržavati dovoljno kopija virusa da bi ste se zarazili. Uvjerite se da su vaše šprice, igle i ostali pribor sterilizirani ili novi kako bi ste spriječili mogućnost prenošenja virusa. Zaražena krv se ne nalazi isključivo na igli - može je biti i na filterima, žlicama, posudama, vati, vodi i ostalim potrepštinama koje vi ili netko drugi upotrebljava. Najbolje je da svoj pribor ne razmjenjujete. Ako je moguće, svaki put nabavite novi, sterilni pribor.

TRUDNOĆA

Majka koja ima hepatitis B može prenijeti virus na dijete tijekom trudnoće i/ili tijekom poroda.

Ako namjeravate dojiti dijete, potrebno je obratiti pažnju da ne dođe do krvarenja bradavica i prijenosa virusa na novorođeno dijete.

Dojenje se ne preporučuje ako dijete nije primilo cijepivo protiv virusa.

Majke sa hepatitisom B ne bi smjele donirati mlijeko.

TETOVIRANJE I PIERCING

Svi virusi koji se prenose putem krvi mogu se prenijeti i putem nepropisno steriliziranih igala.

Kod tetoviranja i piercinga koriste se igle i može doći do probijanja kože i krvarenja. Najbolje je potražiti salone koji imaju dozvolu i certifikate za obavljanje ovih poslova i koji koriste nove igle svaki put.

Osoba koja vrši tetoviranje i piercing trebala bi koristiti zaštitne gumene rukavice kako bi zaštitila sebe i svoje klijente. Sva oprema trebala bi biti sterilizirana prije slijedeće upotrebe, a područje kože koje će se tetovirati ili bušiti treba očistiti.

Ako namjeravate napraviti tetovažu provjerite da li osoba koja vrši tetoviranje koristi novu tintu. Također, ako se koža mora obrijati, uvjerite se da žileti koji se koriste nisu ranije upotrebljavani.

ČETKICE ZA ZUBE, GRICKALICE, ŽILETI...

Nije preporučljivo korištenje tuđe četkice za zube jer može sadržavati tragove krvi, a time i virus. I mala čestica krvi sadrži dovoljno virusa, dovoljno da se zaraza prenese na drugu osobu.

Razmjenjivanje grickalica isto tako predstavlja rizik pošto uvijek postoji mogućnost da se netko porezao do krvi. Čišćenje i steriliziranje smanjuje rizik od zaraze. Koristite novi žilet svaki put ili ga dobro očistite i sterilizirajte stari. Krv može biti prisutna iako je možda vi ne možete vidjeti. Krv lako može dospjeti na žilet bilo da brijete lice, noge, područje pazuha ili neki drugi dio tijela.

Ako idete na akupunkturu, pitajte da li koriste nove igle. Raspitajte se i na koji način ih čiste. Ako se ne osjećate sigurno, zatražite nove igle.

Mogućnost zaraze postoji i ako zaražena krv dođe u kontakt sa očima, preko ručnika ili prilikom špricanja krvi kod ozljede. Ako dođe do ovoga, temeljito operite područje oko očiju i potražite savjet stručnjaka.

UBODI IGLOM

Igle predstavljaju rizik za veliki broj medicinskog osoblja; liječnike, sestre, anesteziologe, laboratorijske tehničare i zubare. Mnogi su se zarazili hepatitisom B i to najčešće ubodom zaraženom iglom.

Ako je zaražena krv prisutna na injekciji, postoji mogućnost od 40% da će doći do prijenosa zaraze u slučaju uboda iglom. Da bi se ovo spriječilo, danas se medicinsko osoblje cijepi protiv hepatitisa B.

ZAŠTITA

Ako osoba, koja je ubodena iglom HBV pozitivne osobe nije cijepljena, cjepivo bi trebala primiti unutar 24 sata. Osim toga, trebala bi primiti i HB imunoglobulin, idealno unutar 24 sata. Cjepivo nakon izloženosti virusu HBV ne pruža potpuno sigurnu zaštitu već samo smanjuje rizik od zaraze.

O JETRI

Ukratko, jetra je poput tvornice kroz koju prolazi veliki dio tvari koje tijelo iskorištava. Jetra svakodnevno obavlja stotine zadataka i ima preko pet stotina različitih funkcija. Čišćenje tijela od otrova, proizvodnja žuči i uklanjanje masnoća koje su unesene hranom samo su neke od njenih glavnih uloga. Čovjek ima samo jednu jetru i bez nje se ne može živjeti!

NEKOLIKO VAŽNIH FUNKCIJA JETRE

Jedna od životno važnih funkcija jetre je proizvodnja energije. Ona razlaže hranu i pretvara ju u energiju koja se dalje skladišti i koristi kada je potrebno.

Iz ugljikohidrata (npr. kruha i tjestenina) dobiva se glukoza koja se skladišti uglavnom u jetri i mišićima kao glikogen. Ako tijelo zatreba energiju brzo, tada se dio uskladištenog glikogena ponovo pretvara u glukozu.

Otrovne tvari u tijelu također neutralizira jetra. Bubrezi filtriraju otrove iz tijela ali ako njima nešto promakne, to uglavnom preuzima jetra.

Jetra uklanja alkohol iz tijela. Pretjerano konzumiranje alkohola može ju ozbiljno oštetiti.

Jetra proizvodi žuč, zeleno-žutu tekućinu koja se koristi u procesu probave. Žuč se pohranjuje u žučnom mjehuru. Nakon jela žučni mjehur stiskanjem otpušta žuč koja kasnije probavlja hranu. Jetra filtrira krv i izdvaja iz nje štetne sastojke. Također, ona proizvodi tvari koje tijelo koristi kod zgrušavanja krvi.

Jetra može izmijeniti neke lijekove. Neke lijekove razgrađuju bubrezi.

Ako je jetra oštećena, postoji mogućnost da neće razgraditi lijekove kako treba i to može utjecati na ishod liječenja.

Od svih organa u tijelu jetra je jedini organ koji ima sposobnost obnavljanja.

Oštećenja jetre često i desetljećima prolaze neprimijećeno. Nakon što saznaju za bolest, oboljeli često mijenjaju način prehrane kako bi pomogli jetri pri oporavku od oštećenja. To je uvijek dobar potez, no ne utječe previše pri većim i trajnim oštećenjima.

ŠTO SE DEŠAVA KADA DODJE DO OŠTEĆENJA JETRE?

Svaki oblik oštećenja jetre utjecati će na jetrene stanice. Na tim mjestima nastaju ožiljci koje nazivamo fibroza.

Ako imate kroničnu bolest kao što je hepatitis B velika je vjerovatnost da će se struktura stanica jetre promijeniti. Sve vrste hepatitisa uzrokuju oštećenje jetre, isto kao i konzumacija alkohola, neuravnotežena prehrana, upotreba opojnih sredstava te nekih vrsta lijekova.

Ako oštećenja na jetri traju dugo, ožiljaka će biti sve više i oni će usporavati protok krvi. To može dovesti do ubrzanog oštećenja stanica jetre - hepatocita. Što je više ožiljaka, veća je mogućnost da će jetra otvrdnuti. Kada je cijela jetra fibrozna i stanice ne mogu vršiti svoju funkciju u potpunosti, nastaje ciroza. Fibroza i ciroza najlakše se mogu ustanoviti biopsijom jetre.

Kada jednom dođe do ciroze postoji mala mogućnost da se jetra vrati u ranije, zdravo stanje. Postoje načini kojima se može spriječiti pogoršanje stanja, npr. uravnotežena prehrana, uzimanje nekih vitamina, suzdržavanje od konzumiranja alkohola te uzimanje diuretika.

Ciroza može uzrokovati zadržavanje tekućine u abdomenu (trbuhu), krvarenje i utjecati na psihičko stanje bolesnika ali svi ovi simptomi se mogu liječiti i umanjiti.

KAKO MOŽEMO ZNATI DA NEŠTO NIJE U REDU SA JETROM?

Što je veće oštećenje jetre, veća je vjerojatnost da ćete imati fizičke simptome. U ranijim stadijima bolesti moguće je da ćete se osjećati potpuno zdravi i nećete imati nikakvih naznaka da nešto nije u redu. Čak i ljudi sa cirozom katkada ne razviju fizičke simptome, ali što se stanje više pogoršava, počinju se osjećati i tjelesne posljedice. Sa razvojem bolesti jetra počinje gubiti sposobnost neutraliziranja otrova i proizvodnje tvari. Ovo može voditi do izrazitog osjećaja umora, slabosti i mučnine.

SIMPTOMI I DIJAGNOSTIKA

Za testiranje na hepatitis B potrebno je obratiti se svome liječniku primarne zaštite. Postoji više različitih simptoma koje osoba sa hepatitisom B može imati. Oni se razlikuju od osobe do osobe. Netko može razviti cijeli spektar simptoma dok netko drugi može razviti tek jedan ili dva.

Veliki broj djece te pojedine odrasle osobe neće osjećati nikakve simptome.

Važno je naglasiti da su simptomi kod hepatitisa B slični simptomima drugih oboljenja jetre. Slični su čak simptomima gripe.

Neki od najčešćih simptoma su:

- Žutica – 50% zaraženih osoba imat će žuticu;
- Bol ili napuhanost u području trbuha uzrokovana nakupljanjem vode;
- Svrbež -može trajati danima, a i tjednima;
- Tamna mokraća;
- Svijetla stolica;
- Umor, mučnina ili gubitak apetita.

Ako imate simptome nalik ovima ne znači da nužno imate hepatitis B no ipak biste trebali razgovarati sa vašim liječnikom.

Ako je nalaz negativan, informirajte se koji su načini sprečavanja infekcije kako biste se zaštitili u budućnosti.

Ako ste pozitivni na hepatitis B, razgovarajte sa liječnikom o daljnjim pretragama, o načinima kako zaštititi vaše najbliže od zaraze i savjetujte se kojega bi specijalista trebali posjetiti kako bi pratili razvoj bolesti (npr. gastroenterologa, hepatologa ili infektologa).

TESTIRANJE

Uz test za utvrđivanje prisutnosti HBV-a postoje i testovi za provjeru stanja jetre.

Nalaz uzorka krvi može biti pozitivan na hepatitis B virusni protein (antigen) i/ili protutijelo (antitijelo) koji su pokazatelj imunološke reakcije tijela na virus.

Ako su oboje prisutni, to znači da ste zarazni i da možete prenijeti virus na druge. Osobe koje su preboljele hepatitis B i nisu više zarazne imati će u krvi samo protutijela, bez antigena.

Skoro svatko tko je prebolio infekciju biti će pozitivan na protutijela u krvi. Protutijela su potpuno bezopasna. Ona samo znače da ste nekada bili zaraženi i da se tijelo uspješno obranilo.

Prisustvo protutijela u krvi ne znači nužno da ste imuni na virus i da se ne možete ponovo zaraziti, pošto postoje i mutacije HBV-a (hepatitis B virus). Dijagnostički test se može raditi na hepatitis B površinski antigen (HbsAg), e antigen (HbeAg), HBV DNA i količinu virusa u krvi.

STUPANJ ZARAZE

Ako je HBsAg (površinski antigen) prisutan u krvi dulje od 6 mjeseci, smatra se da je zaraza kronična.

Ako je prisutan HBsAg a nađena su i protutijela na antigene HBeAg i HBcAg, tada je prisutna zaraza, ali je došlo do imunološke reakcije. To znači da je infekcija blaga i manja je mogućnost da će doći do oštećenja jetre.

Ako HBsAg i HBeAg nisu prisutni u krvi a antiHBs i antiHBc protutijela jesu, razvio se prirodni imunitet i došlo je do izlječenja.

TESTOVI JETRENE FUNKCIJE (JETRENE PROBE)

Postoji nekoliko testova koji pomažu utvrditi u kakvom je stanju jetra.

Pojedinačno niti jedan od ovih nalaza ne može dati jasnu sliku da li jetra funkcionira pravilno ili ne - potrebno je uzeti u obzir sve nalaze zajedno.

AMINOTRANSFERAZE ALT I AST

ALT je enzim koji između ostalih, proizvode i jetrene stanice (hepatociti). Kada jetrene stanice odumiru ili su upaljene, ovi enzimi su povišeni.

Povišen AST također može ukazivati na oštećenje jetre ali i na neke druge procese u tijelu. Ako je povišen zajedno sa ALT, često je pokazatelj oštećenja jetre.

Nažalost, ponekad je moguće da osoba ima oštećenje jetre uz normalne vrijednosti aminotransferaza, koje tako ne ukazuju na opasnost.

BILIRUBIN

Nastaje razlaganjem hemoglobina u jetri i izlučuje se u žuč. Povišeni bilirubin je pokazatelj oštećenja jetre. Kada je u tijelu previše bilirubina dolazi do žutila kože (žutica).

ŠTO JE BIOPSIJA JETRE?

To je standardni način utvrđivanja postoji li oštećenje jetre. Zahvat može biti neugodan a koji put i bolan iako je to rijetko. Pacijent se upućuje hepatologu ili gastroenterologu koji obavlja zahvat. Koristi se lokalna anestezija i pacijent se već idući dan otpušta iz bolnice. Ponekad pacijent bude zadržan na promatranju i nešto dulje.

Uzorak jetre se uzima pomoću posebne igle koja se između rebara gurne u jetru. Dobiveni uzorak tkiva jetre se potom analizira pod mikroskopom.

LIJEČENJE

Liječenje neće biti potrebno velikom broju osoba zaraženih hepatitisom B jer oko 90% osoba zaraženih virusom preboli infekciju i razvije imunitet. Ako nakon 6 mjeseci nema naznaka ozdravljenja, to znači da je infekcija prešla u kroničnu. Tada se uglavnom preporučuje terapija.

CILJEVI LIJEČENJA

Nestanak virusa iz krvi ili barem suzbijanje virusa glavni su ciljevi liječenja. Liječenjem se smanjuje rizik od raka i ciroze jetre. Normalizacija razine aminotransferaza, smanjenje upale jetre i smanjenje količine virusa u krvi dobri su pokazatelji tijeka liječenja. Prvotni cilj liječenja je nestanak HBeAg (serokonverzija) a krajnji cilj i naznaka mogućeg izlječenja je nestanak HBsAg u krvi i pojava protutijela na HBs antigen (anti-HBs).

Mnogi oboljeli ostvare prvi dio ovog cilja ali samo rijetki ostvare i drugi.

Slijedeći cilj je da tijelo razvije sposobnost suzbijanja virusa i nakon prekida terapije.

INTERFERON ALFA

Regulira i pojačava imunološki sustav u tijelu kako bi ovaj što uspješnije kontrolirao i suzbio virus. Pojedini bolesnici ne reagiraju dobro na interferon, posebno oni koji imaju virus od rođenja. Svejedno se u nekih preporučuje ovaj lijek jer smanjuje rizik od razvoja težih bolesti jetre.

Interferon alfa uzima se putem injekcije (osobe si često same ubrizgavaju lijek) između 4 i 6 mjeseci. Pegilirani interferon alfa (Pegasys ili PegIntron) uzima se jednom na tjedan a konvencionalni interferon alfa svaki dan.

Nuspojave mogu biti zaista oštre, posebno prvih nekoliko tjedana. Prvi simptomi nalikuju gripi (mučnina, glavobolja, groznica, umor, bolovi u mišićima, depresija).

Neki ljudi podnose nuspojave bolje od drugih. Svi smo mi jako različiti i ono što je jednom čovjeku obična glavobolja drugome se može činiti poput migrene.

LAMIVUDIN

Antivirusni lijekovi koriste se također za liječenje hepatitisa B, moguće i u kombinaciji sa interferonom alfa.

Lamivudin suzbija razmnožavanje virusa i poboljšava jetrenu funkciju.

Na žalost nema isti uspjeh kod svih oboljelih osoba. Oko 50% oboljelih razvije otpornost na lijek unutar 3 godine uzimanja. Tada lijek više ne može učinkovito suzbijati razmnožavanje virusa.

Lijek je u obliku tablete. Uzima se jednom dnevno, kroz najmanje godinu dana.

Ima znatno slabije nuspojave od interferona.

ADEFOVIR

Uzima se oralno, jednom na dan, najmanje godinu dana. Otpornost na lijek razvija se dosta rjeđe nego kod lamivudina. Adefovir suzbija virusnu DNA a učinkovit je i kod pacijenata koji su razvili otpornost na lamivudin.

Nakon prekida liječenja u većine oboljelih dolazi do relapsa (ponovnog pojavljivanja) bolesti. Svega nekoliko posto oboljelih ima šanse za trajno izlječenje. Dugotrajna terapija je pak povezana sa mutacijama i rezistencijom (otpornošću) virusa na liječenje.

NOVI LIJEKOVI

Nekoliko novih lijekova registrirano je u svijetu posljednjih godina uključujući entekavir i telbivudin. Klinička istraživanja pokazuju da su oba lijeka nešto učinkovitija od lamivudina. Na vidiku su i neki novi lijekovi, elvucitabin (na kojega se gotovo nikada ne razvija otpornost), klevudin i valtorcitabin.

U Hrvatskoj su za liječenje hepatitisa B za sada registrirani jedino lamivudin i konvencionalni interferon alfa.

CJEPIVO

Od 1980. godine postoji cjepivo protiv hepatitisa B. Veliki broj osoba još uvijek nije cijepljen. Većina ljudi niti ne zna puno o hepatitisu B a isto tako niti o cjepivu.

Odlukom Ministarstva zdravstva Republike Hrvatske, godine 1999./2000., uvedeno je obavezno cijepljenje za sve učenike šestih razreda osnovne škole a od 01. siječnja 2007. uvedeno je obavezno cijepljenje u dojenačkoj dobi.

Postoji mogućnost imunizacije protiv hepatitisa B i osoba drugih dobnih skupina, obzirom na radno mjesto - posebno zdravstvenih djelatnika, osoba sa rizičnim ponašanjem i osoba koje dijele kućanstvo sa osobama inficiranim hepatitisom B. Za ovu imunizaciju odgovorne su epidemiološke službe pri Zavodima za javno zdravstvo.

Imunizacija se može provesti i o vlastitom trošku. Cijena cjepiva je oko 600 kn.

Danas se za cijepljenje koristi ENGERIX-B TM, rekombinantno cjepivo dobiveno genetičkim inženjeringom (nije dobiveno iz ljudske krvi) a koje se izvrsno podnosi i ima nizak sadržaj antigena.

Imunizacija se provodi kroz 3 faze (3 injekcije). Prima se prva injekcija, zatim nakon mjesec dana druga injekcija te treća nakon šest mjeseci. Iznimno je važno primiti sve tri injekcije.

Cjepivo za hepatitis A također je dostupno i preporučuje se osobama koje puno putuju i osobama sa rizičnim ponašanjem. Ovo cjepivo nije potrebno svima jer su mnogi već preboljeli hepatitis A i razvili zaštitu.

Ako već imate problema sa jetrom preporučljivo je da se cijepite jer eventualna zaraza hepatitisom A može još više otežati stanje jetre.

ZAČEĆE

U situacijama kada jedan od partnera ima hepatitis B a drugi ne, uvijek postoji mogućnost zaraze tijekom spolnog odnosa.

Najsigurniji način kako bi se ovo izbjeglo je da osoba koja nije zaražena primi cjepivo protiv virusa HBV-a.

POROD

Prijenos zaraze sa majke na dijete najčešće se događa kada je dijete tijekom poroda izloženo krvi i genitalnim izlučevinama.

Novorođenčad može primiti cjepivo ili imunoglobulin kako bi se smanjila mogućnost zaraze. Idealno bi bilo da dijete unutar 12 sati od poroda primi imunoglobulin zajedno sa prvom injekcijom cjepiva.

Dojenje također predstavlja rizik za novorođenče, pogotovo ako je majka HBsAg pozitivna.

Ako dijete nije primilo cjepivo ili imunoglobulin, ne bi smjelo biti dojeno.

Rizik je povećan ako tijekom dojenja dođe do krvarenja ili napuknuća bradavica.

DJECA

Kod djece i novorođenčadi puno je veća mogućnost da će akutni hepatitis B prijeći u kronični nego kod odraslih ljudi.

Djeca mlađa od godinu dana u 90% slučajeva će razviti kroničnu infekciju ako nakon poroda nisu primila imunoglobulin i cjepivo. Kod starije djece (1-4) rizik od kronične infekcije je nešto manji, iznosi od 30 do 50%.

Djeca koja postanu kronični nosioci virusa u povećanom su riziku od razvoja bolesti jetre kasnije u životu a koja može dovesti i do prerane smrti.

Simptomi su isti kao i kod odraslih ljudi zaraženih hepatitisom B i kao i kod odraslih, može se dogoditi da dijete nema nikakve simptome a ipak bude zaraženo virusom. Ova bolest izrazito je individualna. Neki se razbole brže od ostalih, drugi razvijaju teške simptome itd. Primjećeno je da je zaraza kod djece malo blaža ali često traje puno duže, često i doživotno.

Ako se ne liječi, hepatitis B može dovesti do teških bolesti jetre i smrti, rjeđe kod djece jer je jetra otporna i potrebne su godine da oboli.

Djeca i novorođenčad se mogu cijepiti, a postoje i neki lijekovi.

POVJERENJE I PRIZNANJE

Često je činjenica da imate hepatitis B jako stresna i može biti dosta teško povjeriti se čak i osobama u koje inače imate povjerenja. No može biti još i teže ako kroz sve prolazite sami.

Odaberite prvo jednu osobu, za koju smatrate da će vam pružiti podršku a ne još više otežati situaciju.

NATUKNICE

- Negativan rezultat nalaza ne znači nužno da niste zaraženi jer postoji period inkubacije u kojem nije moguće otkriti virus. Ako sumnjate da ste bili izloženi virusu, ponovite test nakon savjetovanja sa liječnikom.
- Osobe koje imaju HBV ili su ga preboljele ne bi smjele donirati krv jer čak i nakon izliječenja postoji mogućnost da su u krvi još uvijek prisutne male količine virusa.
- Pušenje je navika koja utječe na imunitet organizma. Postoji mogućnost da će pušači teže postići spontano izliječenje od nepušača. Pušenje može utjecati na terapiju u jednoj mjeri i na HBV cjepivo, tako da smanjuje učinkovitost cjepiva.
- Alkohol negativno utječe na zdravlje jetre i najbolje bi bilo uopće ga ne konzumirati.
- Ljubljenje ne predstavlja opasnost od zaraze. Iako je virus prisutan u gotovo svim tjelesnim tekućinama, mogućnost prijenosa virusa ovim putem izuzetno je malena.
- Muškarac ne može prenijeti virus na tek začeto dijete. Virus nije prisutan u spermi nego samo u sjemennoj tekućini, može se zaraziti jedino partner.
- Virus je prisutan u menstrualnoj krvi, stoga proizvode za žensku higijenu treba ukloniti na siguran način.
- Postoji hepatitis B koji je nađen kod životinja i razlikuje se od ljudskog. Nema poznatih slučajeva prijenosa virusa sa životinje na čovjeka i obratno.

RJEČNIK POJMOVA

Akutna infekcija - zaraza koja kratko traje, obično manje od 6 mjeseci.

Albumin - protein koji proizvodi jetra. Premale količine ukazuju na bolest jetre.

ALT- kratica za alanin aminotransferazu. Jetra ispušta ovaj enzim kada je oštećena. (SGPT - drugi naziv za ALT)

Anemija - manjak hemoglobina u crvenim krvnim stanicama. Simptom je blijeda koža i umor.

Antigen - strani protein koji uzrokuje stvaranje protutijela.

Antitijela (protutijela) - proteinske tvorevine koje proizvodi imunološki sustav kako bi neutralizirao infekciju.

Ascites - nakupljanje tekućine u području trbuha a koje može izazvati osjećaj napuhnutosti i natečenosti. U nekim situacijama potrebno je aktivno ukloniti tekućinu.

AST - kratica za aspartat aminotransferazu. Jetra ispušta ovaj enzim kada je oštećena. (SGOT - drugi naziv za AST)

Bilirubin - tvar koju jetra izlučuje u crijeva. Stvara se kada jetra "pročišćava" krv.

Diuretik - lijek koji potiče mokrenje.

DNA - deoksiribonukleinska kiselina ili DNA je tvar koja se nalazi u jezgri stanice i sadrži genetske informacije.

Enzimi - proteini koje koriste ljudske stanice, bakterije i virusi kako bi ubrzale kemijske reakcije.

Fibroza - ožiljci koji nastaju na mjestu gdje su oštećene stanice jetre. Potvrđuje se biopsijom. Alkohol, virusni hepatitis, neki drugi virusi, neke kemikalije i otrovi, previše željeza i bakra u hrani mogu uzrokovati fibrozu.

Genotip - hepatitis B čini zapravo nekoliko virusa. Među njima su razlike tako male da su svi grupirani pod imenom hepatitis B. Genotipovi su upravo te podvrste, trenutno od A-G.

Hemoglobin - pigment na bazi željeza koji se nalazi u crvenim krvnim stanicama.

HIV - kratica za Human Immunodeficiency Virus (virus koji uzrokuje smanjenje imuniteta kod ljudi, AIDS).

HBV - kratica za hepatitis B virus.

HBV DNA esej - termin za test utvrđivanja prisutnosti DNA virusa hepatitisa B kod zaražene osobe.

HCV - kratica za hepatitis C virus.

Hepatitis - upala jetre.

Imunoglobulin - bilo koji od 5 vrsta proteina; djeluju kao protutijela i nalaze se u nekim tjelesnim tekućinama.

Kontraindikacije - razlozi zašto se neki lijek ne bi trebao koristiti.

PCR - kratica za Polymerase Chain Reaction (lančana reakcija polimeraza). Dijagnostička metoda koja se koristi za detekciju virusa uključujući HBV i HCV.

RNA - kratica za ribonukleinsku kiselinu. Nalazi se u nekim virusima (HCV) i sadrži genetski materijal.

Vertikalni prijenos - prijenos sa majke na dijete.

Viremija - prisutnost virusa u krvi.

Virus - mikroskopski organizam koji se može razmnožavati jedino u stanicama domaćina.

Žuč - tekućina koju proizvodi jetra i koja pomaže kod probave masti.



ZAGREB - ZDRAVI GRAD
Gradski ured za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje



ABC HEPATITIS

Udruga za prevenciju, pomoć i borbu protiv virusnog hepatitisa

Medveščak 32, 10000 Zagreb
tel / fax: 01 4680 254
gsm: 098 9293 568
info@abcchepatitis.hr
www.abcchepatitis.hr



Prevela Maja Hlaj.
Puno joj hvala!

redaktura:
Referentni centar za dijagnostiku i liječenje virusnih hepatitisa
(*Klinika za infektivne bolesti "Fran Mihaljević"*)
i
Referentni centar za kronične bolesti jetre (*KBC Rebro*)