

A, B, C hepatīts

Nopietnāk nekā tu domā

Nemini – uzzini!

Kas ir hepatīts?

Hepatīts ir aknu iekaisums, ko nereti sauc par „dzeltenu kaiti”, jo ādas un gļotādu dzelte var būt viena no aknu iekaisuma izpausmēm.

Vīrushepatīts ir infekcijas slimība, kuru izraisa hepatīta vīrusi. Plašāk izplatīti: A hepatīts (VHA), B hepatīts (VHB) un C hepatīts (VHC).

Hepatītu izraisošie vīrusi organismā var iekļūt caur gremošanas sistēmu (VHA), saskaroties ar inficētām asinīm, veicot ārstnieciskas manipulācijas vai dzimumkontaktu ceļā (VHB, VHC). Iespējama inficēšanās vertikālās transmisijas ceļā (no inficētas grūtnieces auglim).

Iespējamie hepatīta simptomi:

- ✓ nespēks,
- ✓ nelaba dūša, vemšana,
- ✓ bezmiegs,
- ✓ ādas nieze,
- ✓ tumšs urīns, gaiši izkārnījumi,
- ✓ dzelte (var sākties no acu baltumiem un pārņemt visa ķermeņa ādu).

Dažkārt kāds no iepriekš minētajiem simptomiem var nebūt. Slimība var noritēt arī bez jebkādiem simptomiem.

A hepatīts

A hepatīts dažreiz tiek saukts par „netīro roku slimību”. A hepatīts visbiežāk izplatīts valstīs, kurās ir slikti sanitāri higiēniskie apstākļi, un dzeramā ūdens drošums netiek pienācīgi kontrolēts. Tādēļ, plānojot ceļojumus uz dažādiem reģioniem, jāņem vērā infekcijas izplatība.

Inficēšanās ar A hepatītu:

Slimības izraisītājs organismā iekļūst fekāli – orālā ceļā, vīrusam caur muti nonākot organismā. Tas visbiežāk notiek, ja sadzīves kontaktos netiek ievērotas higiēnas prasības, piemēram, pēc tualetes apmeklējuma nemazgājot rokas, ēdot nemazgātus augļus, dzerot netīru ūdeni.

Slimības simptomi un norise:

No inficēšanās brīža līdz parādās pirmie slimības simptomi var paiet vidēji no 15 līdz 50 dienām (vidēji 4 nedēļas).

Slimības simptomi visbiežāk izpaužas kā:

- ✓ nespēks;
- ✓ 2-3 dienas paaugstināta ķermeņa temperatūra (38,0-39,0 C);
- ✓ sāpes un diskomforta sajūta locītavās un muskuļos;
- ✓ nelaba dūša, ēstgribas trūkums, vemšana, caureja;
- ✓ var būt tumšs urīns, gaiši izkārnījumi;
- ✓ dzelte.

A hepatīts noris **akūtā formā** un tam **nav** raksturīga hronizācija.

Slimības ārstēšana:

Specifisku ārstēšanas līdzekļu nav. Parasti A hepatīts norit vieglā formā, bet var izraisīt arī smagu aknu bojājumu. Ārstēšana galvenokārt norit slimnīcā. Ārstēšanās laikā jāievēro miers, diēta (izvairoties no treknu, asu, ceptu un žāvētu produktu lietošanas uzturā), nedrīkst lietot alkoholu un narkotiskās vielas, kas negatīvi ietekmē aknu darbību un var kavēt atveseļošanās procesu.

No A hepatīta iespējams izvairīties, veicot vakcināciju ar drošām un efektīvām vakcīnām. Ar vakcināciju panāk ilgstošu aizsardzību.

Vakcinācija pret A hepatītu

Visefektīvākais veids cīņā ar šo infekciju ir A hepatīta vakcīna. Vakcīna satur neaktīvus un nedzīvus A hepatīta vīrusus, pēc vakcīnas saņemšanas veidojas imunitāte pret šo infekciju. Lai izstrādātos ilgstoša imunitāte pret A hepatītu, nepieciešams saņemt 2 vakcīnas devas ar intervālu 6 līdz 12 mēneši. Imunitāte sāk veidoties 2 nedēļu laikā pēc pirmās potes saņemšanas.

To svarīgi ņemt vērā ceļotājiem!

B hepatīts

B hepatīts ir „vislipīgākais” no hepatīta vīrusu izraisītām aknu saslimšanām, jo inficēšanās deva, salīdzinot ar A un C hepatītu, ir niecīga.

Vienīgais efektīvais veids, kā izvairīties no saslimšanas ar B hepatītu, ir vakcinācija, kas nodrošina aizsardzību visa mūža garumā.

Inficēšanās ar B hepatītu:

B hepatīts izplatās ar asiņu starpniecību, seksuāli transmisīvā ceļā (dzimumkontakto) un vertikālās transmisijas ceļā (no inficētas grūtnieces auglim vai dzemdību laikā).

Inficēšanās ar B hepatītu var notikt:

- ✓ lietojot kopīgus injicēšanas piederumus (šļirci un adatas);
- ✓ dzimumkontakto ceļā – vaginālā, anālā vai orālā seksa laikā, ja netiek lietots prezervatīvs;
- ✓ lietojot kopīgus higiēnas piederumus (piemēram, skuvekli, zobu birsti);
- ✓ veicot manikīru, pedikīru, tetovēšanu vai pīrsingu, zobārstniecības u.c. medicīniskas manipulācijas, ja nav pareizi sterilizēti instrumenti;
- ✓ asins pārliešanas laikā (Latvijā asinis pirms pārliešanas tiek pārbaudītas, lai novērstu šādu iespēju).

B hepatīta vīrusam ir raksturīga īpaša izturība pret ķīmisku un fizikālu līdzekļu iedarbību, tādēļ, veicot manipulācijas, kas saistītas ar ādas vai gļotādas bojājumu (injekcijas, zobārstniecība, manikīrs, kosmētiskās un higiēnas procedūras) ar vairākkārt lietojamiem instrumentiem, noteikti jāpārliecinās, ka tie tiek sterilizēti speciālās iekārtās atbilstoši instrukcijai.

Ģimenes ārsta vai cita ārsta norīkojums asins analīzei viesīs skaidrību un ļaus būt drošam par savu veselību!

Slimības simptomi un norise:

Apmēram 30 – 40% cilvēku slimība noris ar tai raksturīgām pazīmēm:

- nespēks;
- nelaba dūša, vemšana;
- bezmiegs;
- ādas nieze;
- tumšs urīns, gaiši izkārnījumi;
- dzelte (var sākties no acu baltumiem un pārņemt visa ķermeņa ādu).

60 – 70% gadījumu sastopamas bezsimptomu formas, kas ir bīstamas ar to, ka nepamanītas var pārtapt hroniskā formā.

Hroniska B hepatīta saslimšana:

Aptuveni 10 – 15% gadījumu slimība „pāriet” hroniskā formā. Šādā gadījumā nepieciešams veikt papildus izmeklēšanu pie infektologa vai hepatologa un uzsākt specifisku ārstēšanu. Hroniska B hepatīta gadījumā nepieciešams regulāri kontrolēt veselību, jo ir paaugstināts risks saslimt ar aknu vēzi un citām slimībām.

Faktori, kas slimības norisi saasina:

- ✓ toksisku vielu lietošana (alkohols, narkotikas, medikamenti);
- ✓ fiziska pārslodze;
- ✓ aknas pārslogojoša uztura lietošana (trekni produkti).

Slimības diagnostika:

B vīrushepatīta diagnostiku veic gandrīz visās Latvijas laboratorijās. To diagnosticē ar vienkāršu asins analīzi, nosakot antigēnu HBsAg (vīrusa apvalka daļiņas). Inficēšanos ir iespējams atklāt jau 1 – 1,5 mēnešus pirms slimības izpausmēm. Ja bijusi saskarsme ar vīrusu, analīzes uzrāda organismā izstrādātās antivielas pret B hepatīta vīrusu. Nepieciešamības gadījumā jāvēršas pie aknu slimību speciālista - hepatologa, kas veiks plašāku izmeklēšanu.

Slimības ārstēšana:

Smagākos B hepatīta gadījumos ir nepieciešama ārstēšana stacionāra apstākļos, taču vieglākos gadījumos B hepatītu var ārstēt arī mājas apstākļos. Akūta B hepatīta gadījumā vairumam pacientu nav nepieciešama medikamentoza terapija. Hroniskas formas gadījumā tiek lietoti pretvīrusu medikamenti. Pēc B hepatīta pārslimošanas organismā izveidojas antivielas, kas pasargā no atkārtotas inficēšanās.

Vakcinācija pret B hepatītu

Visefektīvākais veids cīņai pret B hepatītu ir vakcinācija. Kopā nepieciešamas saņemt 3 potes 6 mēnešu laikā. Vakcīna sniedz aizsardzību uz mūžu.

Kopš 1997. gada Latvijā notiek visu zīdaiņu vakcinācija pret B hepatītu. Imunizācija jāveic pusaudžiem 14 gadu vecumā, ja viņi nav vakcināti iepriekš, kā arī ieteicama inficēto cilvēku ģimenes locekļiem un dzimumpartneriem.

Vakcinācija pret B hepatītu pasargās arī no D hepatīta, jo inficēšanās ar D hepatītu iespējama tikai cilvēkiem, kas jau inficētas ar B hepatīta vīrusu.

C hepatīts

Līdzīgi kā B hepatīts, arī C hepatīts ir infekcijas slimība, kas izpaužas ar aknu audu bojājumiem. C hepatīts ir ļoti izplatīta infekcija injicējamo narkotiku lietotāju un ar tiem saistīto personu vidē.

Inficēšanās ar C hepatītu:

C hepatīts izplatās ar inficētu asiņu starpniecību, kas ir visizplatītākais vīrusa pārneses veids. Retāk C hepatīts tiek pārnestas seksuālās transmisijas un vertikālās transmisijas ceļā (no inficētas grūtnieces auglim vai dzemdību laikā).

Inficēšanās ar C hepatītu var notikt:

- ✓ lietojot kopīgus injicēšanas piederumus (šļirci un adatas);
- ✓ lietojot kopīgus higiēnas piederumus (skuveklus, zobu birstes);

- ✓ veicot skaistumkopšanas procedūras (tetovējumi, pīrsings, frizieris), medicīniskās manipulācijas (zobārsts, ķirurģiskas manipulācijas), ja nav pareizi sterilizēti instrumenti;
- ✓ piekļūstot gadījuma dzimumsakarus un biežu partneru maiņu bez aizsargāšanās ar prezervatīvu;
- ✓ asins pārliešanas laikā (Latvijā asinis pirms pārliešanas tiek pārbaudītas, lai novērstu šādu iespēju).

Laikus atklāts C hepatīts mazinās draudus Tavai veselībai!

Slimības simptomi un norise:

Sākuma pazīmju šai slimībai var nebūt. Ja ir, sākotnēji simptomi ir neizteikti, tos bieži uzskata par saaukstēšanos. Retos gadījumos parādās: ilgstošs nogurums, slikta dūša, diskomforta sajūta paribē, slikta apetīte, īslaicīgas muskuļu un locītavu sāpes, dzelte. C vīrushepatīts 80% gadījumu pāriet hroniskā formā, kuras simptomi ir nespecifiski un ilgstoši slēpti.

Slimības diagnostika:

C vīrushepatīta diagnostiku veic gandrīz visās Latvijas laboratorijās. To diagnosticē ar vienkāršu asins analīzi (anti-HCV). Ja ir bijusi saskarsme ar vīrusu, analīzes uzrāda organismā izstrādātās antivielas pret C hepatīta vīrusu. Šīs antivielas var saglabāties visu mūžu, arī ja pats vīruss vairs nav atrodams organismā. Latvijā visiem asins paraugiem, kuros ir atrastas antivielas, tiek veikta apstiprinoša diagnostika. Nepieciešamības gadījumā jāvēršas pie aknu slimību speciālista - hepatologa, kas veic plašākus izmeklējumus.

Slimībās ārstēšana:

Apstiprinātas diagnozes gadījumā sāk specifisku pretvīrusu terapiju, lai novērstu aknu bojājumus un iekaisumu. Parasti ārstēšana ilgst vidēji 6 mēnešus. Līdz pat 85% gadījumu C hepatīts norit hroniskā formā. Hroniska C hepatīta gadījumā ārsts nozīmēs specifisku ārstēšanu ar iedarbīgiem pretvīrusu preparātiem. Ārstēšanas ilgums ilgst vidēji 6 - 11 mēnešus.

2014. gadā valsts 75% apmērā kompensē medikamentu iegādi C hepatīta ārstēšanai. Trūcīgās personas ārstēšanās tiek kompensēta pilnā apmērā.

Pret C hepatītu vakcīnas nav. Cilvēkiem, kuri ir inficējušies ar C hepatītu ir svarīgi vakcinēties gan pret A hepatītu, gan B hepatītu, lai novērstu citas hepatīta infekcijas pievienošanās un attālinātu aknu cirozes un vēža attīstību.

Profilakse

No inficēšanās ar C hepatītu un B hepatītu pasargās:

- ✓ Izvairīšanās no kontakta ar citu personu bioloģiskajiem šķidrumiem, sevišķi ar asinīm.
- ✓ Kopīgu personīgās higiēnas priekšmetu nelietošana, piemēram, zobu suku, skuvekļu u.c.priekšmetus.
- ✓ Izvairīšanās no tetovēšanās un pīrsingu duršanas.
- ✓ Izvairīšanās no narkotiku lietošanas.
- ✓ Regulāru veselības pārbažu veikšana uz C un B hepatīta infekciju.
- ✓ Vakcinācija pret B hepatītu.
- ✓ Kopīgu šļirci, adatu, kokaīna salmu un injekciju ūdens nelietošana narkotiku lietotāju vidū.
- ✓ Izvairīšanās no ievainojumiem ar injekciju adatām u.c. priekšmetiem, gumijas cimdu lietošana manipulāciju laikā medicīnas darbiniekiem.
- ✓ Prezervatīvu lietošana dzimumsakaru laikā, ja ir vairāk kā viens patstāvīgs un drošs dzimumpartneris.

No inficēšanās ar A hepatītu pasargās:

- ✓ Varīta ūdens dzeršana.
- ✓ Rūpīga augļu un dārzeņu mazgāšana pirms to lietošanas uzturā.
- ✓ Tremiska ēdiena apstrāde pirms tā lietošanas uzturā.
- ✓ Regulāra roku mazgāšana ar ziepēm, sevišķi pirms ēšanas un pēc tualetes apmeklējuma.
- ✓ A hepatīta vakcīna.