

Πρόληψη της εξάπλωσης της ηπατίτιδας Β

Όπως και με τις περισσότερες μολυσματικές ασθένειες, η λοίμωξη ηπατίτιδας Β μπορεί να προληφθεί. Μερικά από τα μέτρα πρόληψης της εξάπλωσης της λοίμωξης από ηπατίτιδα Β περιλαμβάνουν τα εξής:

- ▶ Να εμβολιάζονται για ηπατίτιδα Β όλοι όσοι είναι ευπαθείς σε λοιμώξεις
- ▶ Να διασφαλίζεται ότι εμβολιάζονται όσοι έχουν στενή επαφή με μολυσμένα άτομα
- ▶ Να αποφεύγεται η επαφή με το αίμα κάποιου άλλου
- ▶ Να μη γίνεται κοινή χρήση εξοπλισμού ενέσεων (από άτομα που κάνουν ενέσεις ναρκωτικών ουσιών)
- ▶ Να μη χρησιμοποιούνται από κοινού προσωπικά είδη καλλωπισμού όπως οδοντόβουρτσες, ξυράφια/ξυριστικές μηχανές ή νυχοκόπτες
- ▶ Να μη δίνουν αίμα ή σπέρμα άτομα που έχουν μολυνθεί
- ▶ Με πρακτικές ασφαλούς σεξ (χρησιμοποιώντας προφυλακτικό)
- ▶ Ζητήστε συμβουλή από το γιατρό σας αν η εργασία σας συνεπάγεται πιθανή έκθεση αίματος σε άλλους

Θεραπευτική αγωγή και διαχείριση

Διατίθενται αρκετές εξετάσεις αίματος για τη διάγνωση και παρακολούθηση της εξέλιξης της λοίμωξης από ηπατίτιδα Β. Συζητήστε αυτές τις εξετάσεις με τον οικογενειακό σας γιατρό ή τον ηπατολόγο.

Συνιστάται σε άτομα που έχουν λοίμωξη από ηπατίτιδα Β να ζητήσουν συμβουλές από ένα γιατρό σχετικά με τις επιλογές θεραπείας. Ο οικογενειακός γιατρός σας θα προσδιορίσει ποια μέτρα να λάβετε, ανάλογα με τα συμπτώματά σας και το στάδιο της λοίμωξης. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τακτικές εξετάσεις ή/και αντιικά φάρμακα.

Συμβουλές τρόπου ζωής

- ▶ Η διατροφή σας να είναι υγιεινή και ισορροπημένη
- ▶ Περιορίζετε την κατανάλωση αλκοόλ
- ▶ Μειώστε ή, ακόμα καλύτερα, σταματήστε το κάπνισμα
- ▶ Πριν πάρετε εναλλακτικά φάρμακα, πάντα να τα συζητάτε με τον ειδικό και τον οικογενειακό γιατρό σας, επειδή ορισμένα μπορεί να είναι επιβλαβή για το συκώτι σας

Σας συνιστούμε να πάρετε το παρόν φυλλάδιο μαζί σας για να το συζητήσετε με το γιατρό σας

Για περισσότερες πληροφορίες:

- ▶ Σύνδεσμος Ηπατίτιδας Αυστραλίας
Τηλέφωνο: 1300 437222 (Εθνική Γραμμή Πληροφοριών που κατευθύνει κλήσεις στην τοπική Πολιτεία/Επικράτεια)
www.hepatitisaustralia.com
- ▶ Γραμμή Βοήθειας Αντικαρκινικού Συμβουλίου 13 11 20 ή επισκεφθείτε το <http://www.cancer.org.au/Home.htm>
- ▶ Αυστραλιανός Σύλλογος για την Καταπολέμηση του HIV
www.ashm.org.au
- ▶ Σύλλογος Γαστρεντερολογίας Αυστραλίας
www.gesa.org.au/leaflets.cfm
- ▶ Εθνική Ένωση κατά της Ηπατίτιδας Β
Δείτε 'Resources-Patients' στο:
<http://alliance.hepatitis.org.au>

Καταρτίστηκε από τον Αυστραλασιανό Σύλλογο για την Καταπολέμηση του HIV και το Αντικαρκινικό Συμβούλιο NNO

Χρηματοδοτήθηκε από το Υπουργείο Υγείας της NNO



ashm
Australasian Society for HIV Medicine

Australasian Society for HIV Medicine
Locked Mail Bag 5057 Darlinghurst NSW 1300
Τηλέφωνο: 02 8204 0700
Φαξ: 02 9212 2671
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: ashm@ashm.org.au

ISBN: 978-1-920773-83-0

© Australasian Society for HIV Medicine 2010
ABN: 48 264 545 457

Εκδόθηκε το Φεβρουάριο 2010
Ανατυπώθηκε τον Ιούνιο 2010

Εκτυπώστε ή παραγγείλετε περισσότερα αντίτυπα αυτού του πληροφοριακού φυλλαδίου από το: www.ashm.org.au/publications

Greek

Hepatitis B

Fact Sheet

For people newly diagnosed

Ηπατίτιδα Β
Πληροφοριακό
Φυλλάδιο
Για άτομα που
διαγνώστηκαν πρόσφατα

Positive



ashm
Australasian Society for HIV Medicine



Cancer Council

Τι είναι η ηπατίτιδα Β;

Η λέξη «ηπατίτιδα» σημαίνει «φλεγμονή του ήπατος» (συκωτιού). Συχνά προκαλείται λόγω λοίμωξης από έναν ιό, όπως είναι ο ιός της ηπατίτιδας Β. Όταν ο ιός της ηπατίτιδας Β εισέρχεται στο σώμα, προχωρά προς το συκώτι, όπου παραμένει και πολλαπλασιάζεται. Δυστυχώς, αυτό που προκαλεί την περισσότερη φλεγμονή και βλάβη στο συκώτι είναι η προσπάθεια του οργανισμού να εξοντώσει τον ιό.

Ο αντίκτυπος της λοίμωξης από ηπατίτιδα Β εξαρτάται από την ηλικία του ατόμου όταν προσβληθεί από τη λοίμωξη. Όταν προσβληθούν βρέφη από λοίμωξη ηπατίτιδας Β σχεδόν πάντα αναπτύσσουν μακροπρόθεσμη (χρόνια) λοίμωξη, όσοι προσβάλλονται από τη λοίμωξη ως ενήλικες έχουν 95% πιθανότητα εξάλειψης του ιού από το σώμα.

Πολλοί άνθρωποι με ηπατίτιδα Β δεν εμφανίζουν συμπτώματα και γι' αυτό αγνοούν ότι έχουν προσβληθεί από τον ιό. Μερικοί άνθρωποι μπορεί να αισθάνονται κόπωση, ναυτία (αναγούλα) και ίκτερο (κιτρίνισμα των ματιών και του δέρματος), αλλά τα βρέφη σπάνια αναπτύσσουν συμπτώματα λοίμωξης. Το 50% περίπου των εφήβων και των ενηλίκων αναπτύσσουν ίκτερο όταν προσβληθούν αρχικά από τη λοίμωξη, πράγμα που ονομάζεται οξεία ηπατίτιδα Β.

Χρόνια ηπατίτιδα Β

Διάγνωση χρόνιας ηπατίτιδας Β γίνεται σε ένα άτομο όταν αυτό έχει λοίμωξη από τον ιό για διάστημα άνω των 6 μηνών (που έχει επιβεβαιωθεί με εξετάσεις αίματος).

Χρόνια ηπατίτιδα Β αναπτύσσεται σε περίπου 5% των ενηλίκων, σε ορισμένα παιδιά και στα περισσότερα βρέφη που προσβάλλονται από τη λοίμωξη.

Οι άνθρωποι που έχουν χρόνια ηπατίτιδα Β είναι πιθανό να έχουν δια βίου λοίμωξη, και παρόλο που η υγεία τους παραμένει καλή γενικά, έχουν αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης σοβαρών επιπλοκών όπως η κίρρωση (ουλές του ήπατος) και ο καρκίνος του ήπατος.

Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι οι άνθρωποι με ηπατίτιδα Β ενδέχεται να μεταδώσουν τη λοίμωξη σε άλλους αν δεν ακολουθήσουν μερικές απλές προφυλάξεις.

Πώς μεταδίδεται η ηπατίτιδα Β;

Η ηπατίτιδα Β μεταδίδεται όταν αίμα ή άλλα σωματικά υγρά από ένα μολυσμένο άτομο (όπως το σάλιο, το μητρικό γάλα, το σπέρμα και τα κολπικά υγρά) εισέρχονται στο σώμα ενός ατόμου που είναι ευάλωτο στη λοίμωξη. Η ηπατίτιδα Β μπορεί να εξαπλωθεί ως εξής:

- ▶ Μια έγκυος γυναίκα που έχει μολυνθεί από ηπατίτιδα Β μπορεί να μεταδώσει τη μόλυνση στο μωρό της
- ▶ Με κολπικό, πρωκτικό ή στοματικό σεξ χωρίς προφυλακτικό
- ▶ Με επαναχρησιμοποίηση βελόνων, συρίγγων και άλλου εξοπλισμού ενέσεων
- ▶ Με τατουάζ ή τρύπημα του σώματος
- ▶ Με χρήση οδοντόβουρτσας, ξυραφιού/ξυριστικής μηχανής, ή νυχοκόπτη από κοινού με ένα μολυσμένο άτομο
- ▶ Μέσω μετάγγισης αίματος (πολύ σπάνια στην Αυστραλία)
- ▶ Από τυχαίο τραυματισμό με βελόνα ή πιτσίλισμα από μολυσμένο αίμα ή σωματικά υγρά
- ▶ Μέσω αθλημάτων επαφής, αν ένας τραυματισμός οδηγήσει σε επαφή με μολυσμένο αίμα

Συμπτώματα της λοίμωξης

Πολλοί άνθρωποι που έχουν μολυνθεί από τον ιό της ηπατίτιδας Β δεν παρουσιάζουν καθόλου συμπτώματα. Ωστόσο, η οξεία λοίμωξη μπορεί να προκαλέσει τα ακόλουθα συμπτώματα:

- ▶ Ανορεξία
- ▶ Ναυτία και εμετό
- ▶ Κόπωση
- ▶ Ίκτερο (κιτρινωπά μάτια και δέρμα)
- ▶ Πόνο στην κοιλιακή χώρα (περιοχή του στομάχου)
- ▶ Μυαλγία (πόνος στους μύς) και αρθραλγία (πόνος στις αρθρώσεις)

Ποιοι θα πρέπει να εμβολιάζονται κατά της ηπατίτιδας Β;

Συμπεριλαμβάνονται:

- ▶ Όλα τα βρέφη και τα μικρά παιδιά
- ▶ Μετανάστες που έχουν γεννηθεί σε χώρες με υψηλά ποσοστά μόλυνσης από Ηπατίτιδα Β (π.χ. Νοτιοανατολική Ασία, Νησιά του Ειρηνικού, Νότια ή Ανατολική Ευρώπη, ή Αφρική)
- ▶ Νέοι ηλικίας 10-13 ετών (αν δεν έχουν εμβολιαστεί προηγουμένως)
- ▶ Συγκατοίκοι ατόμων με οξεία και χρόνια λοίμωξη από ηπατίτιδα Β
- ▶ Σεξουαλικά ενεργοί σύντροφοι μολυσμένων ατόμων
- ▶ Αποδέκτες προϊόντων αίματος
- ▶ Εργαζόμενοι σε τομείς υγειονομικής περιθαλψής και παροχής πρώτων βοηθειών
- ▶ Άνδρες που έχουν σεξουαλικές σχέσεις με Άνδρες (MSM)
- ▶ Χρήστες Ενδοφλέβιων Ναρκωτικών (IDU)

Χρειάζεται να το πω σε άλλους;

Το αποτέλεσμα της εξέτασης για ηπατίτιδα Β είναι προσωπική σας υπόθεση. Δεν έχετε την υποχρέωση να το πείτε αμέσως σε κανέναν, ωστόσο, απαιτείται να λάβετε προφυλάξεις για την πρόληψη της διάδοσης της μόλυνσης, όπως περιγράφεται παρακάτω.

Σας συμβουλεύουμε να ενημερώσετε τους σεξουαλικούς σας συντρόφους και τους συγκατοίκους σας, ώστε να μπορούν να εξεταστούν και να εμβολιαστούν.

Εάν είστε υπάλληλος υγειονομικής περιθαλψής, δεν πρέπει να εκτελείτε διαδικασίες «επιρρεπείς σε έκθεση» (ανατρέξτε στις υπηρεσίες υποστήριξης στο παρόν πληροφοριακό φυλλάδιο για περισσότερες πληροφορίες). Αν υπηρετείτε στις Αυστραλιανές ένοπλες δυνάμεις, θα απαιτηθεί να αποκαλύψετε εάν έχετε χρόνια λοίμωξη ηπατίτιδας Β.