INFORMAȚII ESENȚIALE |
Hepatita

STOPHEP
Informații
ÎMPREUNĂ PUTEM ELIMINA HEPATITA C



Rumänisch

Știu și mă protejez: Sănătatea ficatului și hepatita C

MiMi Das Gesundheitsprojekt Mit Migranten für Migranten

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Rămâneți sănătoși! 3
Ce treabă am eu cu hepatita C? 3
Ce face hepatita C atât de diferită? 4
Un organ multifuncțional care trebuie ocrotit: ficatul ...5
Care sunt bolile de ficat? 6
Hepatita C: Când ficatul se inflamează 7
Cum se manifestă hepatita C? 8
Cum se transmite hepatita C? 9
Cum reducem riscul de infectare? 10
Diagnosticarea și posibilitățile de testare 11
Testarea gratuită pentru hepatită
la controlul medical de rutină 13
Tratamentul hepatitei C 14
Alte informații și oferte de sprijin 15
Impressum 16

Rămâneți sănătoși!

Zilnic mor în lume aproape 3000 de oameni din cauza unor boli provocate de hepatită. Hepatita C este principala cauză a cirozei hepatice și a cancerului hepatic.

Dacă infecția este recunoscută la timp, hepatita C este, în majoritatea cazurilor, complet vindecabilă. Din cauza stigmatizării căilor de transmisie ale hepatitei C, dar și din cauză că infecția rămâne mult timp asimptomatică, multe dintre persoanele infectate nu știu că au hepatită C. Pentru a afla dacă ne-am infectat, este suficient însă un simplu test de sânge.

Medicii de familie și centrele care oferă testul vă pot informa în legătură cu riscul de infectare, cu testul pentru hepatita C și cu posibilitățile de tratament.

Mergeți cu încredere la cabinetele medicale! Hepatita C este complet vindecabilă, dacă cei infectați se informează din timp, se testează și se tratează. Broșura noastră are ca scop să vă ofere cele mai importante informații.

Ce treabă am eu cu hepatita C?

- S-ar putea s-o am, chiar dacă nu știu și dacă n-am fost niciodată într-o situație de risc.
- Hepatita C ar putea să aibă urmări foarte grave.
- În prezent există un tratament simplu și foarte eficace, cu foarte mari șanse de vindecare.
- Testul este simplu și gratuit.
- Din prudență mă voi testa cu prima ocazie!

Ce face hepatita C atât de diferită?

- Hepatita C rămânde de multe ori nerecunoscută, dar poate duce după ani sau chiar zeci de ani la boli grave și chiar la moarte.
- Căile de transmitere și frecvența hepatitei C sunt diferite de la o regiune la alta a lumii.
- Infecția poate să fi avut loc cu mulți ani înainte, iar cauzele ei pot fi cu totul neașteptate. De multe ori, pacienții nu-și amintesc că s-au aflat vreodată într-o situație de risc pentru contractarea hepatitei C.
- Șansele de vindecare au crescut masiv în ultimii ani, iar în prezent sunt excelente.
- Informarea corectă, testarea și tratamentul pot salva vieți!

De reținut:

Institutul "Robert Koch" estimează că, în țările industrializate, între 70 și 85 % dintre inflamațiile cronice ale ficatului și 60 % dintre carcinoamele hepatocelulare (cancerele de ficat) sunt provocate de o hepatită C cronică. 63 % dintre transplanturile de ficat din Europa au ca motiv hepatita C.

Informarea corectă este din acest motiv deosebit de importantă. Cu cât boala este descoperită mai devreme, cu atât cresc șansele de vindecare.

Un organ multifuncțional care trebuie ocrotit: ficatul

Ficatul este cel mai important organ al corpului responsabil de metabolism: el participă la aproximativ 500 de procese metabolice. Pentru o mare parte a proceselor vitale, ficatul este de neînlocuit. Spre deosebire de inimă sau de rinichi, ficatul nu poate fi suplinit de aparate. Când ficatul este bolnav, întregul organism suferă. Din acest motiv este important să evităm bolile de ficat.

Principalele sarcini ale ficatului sunt:



Detoxifierea: Ficatul filtrează din sânge substanțele nocive ca alcoolul și nicotina și le transformă în substanțe inofensive, care vor fi eliminate prin scaun și urină.



Metabolismul: Ficatul transformă proteinele din hrană în energie. În ficat se produce lichidul biliar, necesar pentru digestie și pentru absorbția grăsimilor și vitaminelor.



Rolul de rezervor: Ficatul depozitează zahăr, vitamine și oligoelemente precum fierul, cuprul, manganul sau zincul. Atunci când este nevoie de ele în corp, ficatul le eliberează.



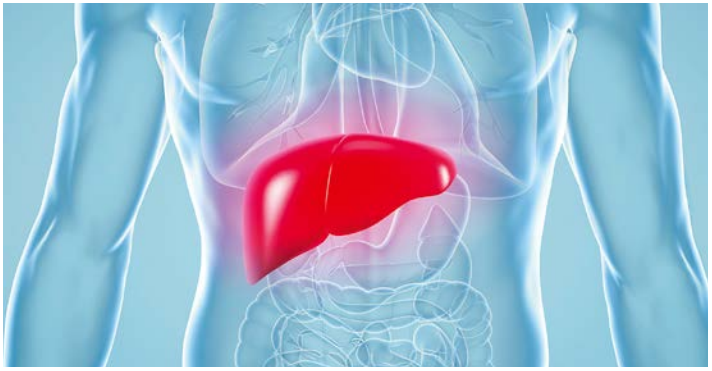
Refacerea sângelui: Ficatul descompune celulele sanguine vechi și produce diferite proteine necesare pentru coagularea sângelui.

Care sunt bolile de ficat?

Bolile de ficat sunt în întreaga lume una dintre cele mai mari probleme de sănătate. Numai în Germania există peste 5 milioane de oameni afectați de o boală acută sau cronică de ficat sau de consecințele acesteia.

Funcțiile ficatului pot fi afectate de infecții, de substanțe toxice (de exemplu alcoolul, medicamentele, tutunul) sau de loviturи. Cele mai frecvente afecțiuni sunt inflamațiile ficatului, provocate de:

- infecții virale (cu virusul hepatitei A, B, C, D sau E)
- infecții nevirale, provocate de bacterii, paraziți sau ciuperci
- boli autoimune (de exemplu hepatita autoimună)
- inflamații ale căilor biliare



Din fericire, ficatul are într-o anumită măsură capacitatea de a se vindeca și a se reînnoi singur. La fel de adevărat este însă că multe boli ale ficatului sunt rezultatul unui stil de viață nesănătos și al suprasolicitării ficatului.

Bolile ficatului, între care și infecția cu virusul hepatitei C (HCV), evoluează de multe ori fără simptome sau doar cu simptome foarte generale, ca oboseala, scăderea puterii de muncă sau o senzație de apăsare în partea din dreapta sus a abdomenului. Recunoașterea acestor semne este primul pas spre menținerea unui ficat sănătos.

Hepatita C: Când ficatul se inflamează

Hetatita C este o inflamație a ficatului, cauzată de virusul hepatitei C.

Atunci când infecția cu virusul hepatitei C nu se vindecă de la sine și durează mai mult de 6 luni, se vorbește de o hepatită C cronică. Cu alte cuvinte, ficatul este permanent inflamat. Acesta este cazul la cca. 60 – 85 % dintre infecțiile cu virusul hepatitei C. În lume sunt infectați aprox. 50 de milioane de oameni cu hepatită C. În Europa sunt aprox. 12,5 milioane.

Dacă nu este tratată, hepatita C cronică duce la fibroză hepatică și, ca urmare a acesteia, la ciroză hepatică. În fibroza hepatică, țesutul normal al ficatului este înlocuit de țesut fibros (cicatrici), care împiedică funcționarea normală a ficatului. Acumularea de cicatrici duce la ciroza hepatică, în care ficatul se micșorează și nu mai poate funcționa corespunzător.
Atât ciroza hepatică, cât și cancerul de ficat sunt boli mortale.

De reținut:

Hepatita C cronică poate duce la îmbolnăviri ale altor organe și țesuturi din corp: boli de ochi, disfuncții renale, boli neuropsihice, fibroză pulmonară, boli de piele, disfuncții ale tiroidei, boli ale inimii, ale vaselor de sânge sau boli metabolice.

Cum se manifestă hepatita C?

Dacă recunoaștem din timp simptomele, boala poate fi tratată repede și ușor, putând fi chiar și vindecată complet. Din acest motiv este necesară o informare cât mai largă a populației. Persoanele cu cel mai mare risc sunt:

- persoanele care se droghează
- persoanele aflate în detenție
- persoanele din regiuni în care hepatita este răspândită, precum zonele estice ale Mării Mediterane, Europa de Est, Africa, Asia Centrală și de Est
- persoanele care au primit transfuzii de sânge înainte de introducerea controlului pentru hepatita C la toate conservele de sânge. În Germania, controlul a început în anul 1991.

Persoanele afectate de o hepatită C cronică trăiesc mult timp fără simptome sau au doar manifestări foarte generale de boală precum:

- oboseala
- scăderea puterii de muncă și o senzație generală de slăbiciune
- disconfort în abdomenul superior
- dureri ale încheieturilor
- pierdere de greutate sau luare în greutate
- tulburări de concentrare

Când aceste tulburări sunt de durată, trebuie cerut sfatul medicului.
Casele de asigurări medicale oferă analize pentru prevenție, prin care hepatita C poate fi diagnosticată din timp.

Clinica Universitară Schleswig-Holstein a pus la dispoziția celor interesați un chestionar cu ajutorul căruia fiecare dintre noi poate calcula cât de mare este riscul său de a avea o boală de ficat. Acest test este bineînțeles doar orientativ și nu poate înlocui discuția cu un medic. Îl găsiți pe internet:
www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Test-Wie-gesund-ist-Ihre-Leber,quiz14778.html



Cum se transmite hepatita C?

Virusul hepatitei C se transmite în primul rând prin contactul cu sânge contaminat. De multe ori, acest contact rămâne neobservat. Este suficientă o cantitate minusculă, neobservabilă cu ochiul liber, de sânge infectat care ajunge în fluxul sanguin al unei persoane neinfectate.

Hepatita C nu se transmite prin laptele matern, nici prin mesele luate împreună, prin băuturi sau contacte sociale. Putem folosi fără grijă aceleași farfurii și tacâmuri, același duș, aceeași toaletă sau același pat pe care le folosește și persoana infectată.

Virusul hepatitei C și căile sale de transmisie au fost descoperite abia spre sfârșitul anilor 1980. Până atunci, virusul s-a răspândit pe neobservate, de exemplu printre dependenții de droguri, indiferent dacă le injectau sau le inhalau prin tuburi.

O altă cale de răspândire a fost sistemul de sănătate însuși. Hepatita C s-a putut răspândi prin transfuzii de sânge după naștere sau după operații. Infectarea cu hepatita C s-a produs și în timpul unor campanii de sănătate publică din cauza folosirii de seringi și instrumente medicale nesterilizate corespunzător. Un exemplu foarte cunoscut este tratarea bilharziozei în Egipt în perioada 1950 – 1990.

Există deci oameni care ar putea să se fi infectat în trecut cu hepatită C, fără să-și dea seama și fără să facă vreodată un test.

Stigmatizarea consumului de droguri a dus și la o stigmatizare a hepatitei C, devenită temă tabu chiar și în sistemul sanitar. Este unul dintre motivele pentru care hepatita C rămâne atât de des nedescoperită.

O istorie personală

Un bărbat de 35 de ani din Rusia trăiește de 15 ani în Germania. În primii ani i-a fost greu să se adapteze, și așa a intrat în diverse grupuri.

A fost o vreme ciudată, în care a început diverse cursuri de calificare și le-a abandonat, în care și-a schimbat domiciliul de mai multe ori, cu consum de alcool, ritualuri de bărbăție și presiune din partea grupurilor în care intra. Bărbatul a depășit de mult faza asta, iar acum se bucură de o viață liniștită.

La controlul medical de rutină, doctorița îl întreabă dacă a consumat vreodată droguri. Bărbatul ezită. Nici el nu mai știe dacă a consumat și el sau doar a stat lângă cei care consumau. În plus, îi este teamă că, dacă povestește, va pierde respectul doctoriței și al celor din jur. Din fericire, doctorița îi înțelege grijile și-i explică motivul pentru care a pus această întrebare.

Cum reducem riscul de infectare?

Riscul de infectare este redus dacă respectăm anumite reguli. În primul rînd, trebuie să fim foarte prudenți și să evităm contactul direct cu sângele altora.

- În cazul consumului de droguri, nu se folosesc la comun seringile, pipele sau alte obiecte.
- Atenție la respectarea strictă a igienei în saloanele de tatuaj sau piecing, în saloanele de manichiură sau la frizer/coafor!
- Contactul sexual se face cu prezervativ, atunci când există riscul de a intra în contact direct cu sângele!
- Se utilizează – mai ales în sistemul sanitar – mănuși de unică folosință, pentru a reduce riscul în caz de sângerare sau de rănire accidentală cu acul.

Diagnosticarea și posibilitățile de testare

Cine ar trebui să se testeze?

- persoanele care au petrecut o parte a vieții în regiuni în care hepatita C este răspândită: Europa de Est, țările din estul Mării Mediterane, Africa, Asia Centrală și de Est.
- persoanele care s-au tatuat sau și-au făcut un piercing, dar nu știu cât de igienice au fost condițiile în care le-au făcut (au fost făcute poate la închisoare sau în țări ale lumii în care igiena nu se respectă întotdeauna).
- persoanele care trăiesc în contact strâns cu pacienți infectați cu hepatita C.
- persoanele care și-au injectat droguri sau le-au tras pe nas cu o pipă, precum și persoanele care le-au injectat altora drogurile. Mulți oameni nici nu-și mai amintesc sau nu vor să-și mai amintească că au făcut asta, mai ales dacă s-a întâmplat rar sau cu foarte mult timp în urmă.
  De teamă că ar putea fi marginalizați din cauza asocierii hepatitei C cu drogurile, mulți dintre cei posibil infectați ezită să spună de ce doresc să se testeze. Ezitarea lor trebuie înțeleasă și respectată.
- persoanele infectate cu HIV sau care schimbă des partenerii sexuali.
- persoanele din penitenciare, pentru că aici există multe posibilități de infectare.
- persoanele care au primit transfuzii de sânge înainte de introducerea controlului pentru hepatita C la toate conservele de sânge. În Germania, controlul a început în anul 1991.

De reținut:

Vindecarea după o infecție cu virusul hepatitei C nu protejează împotriva reinfectării!

Ce trebuie să știu despre test?

Pentru a diagnostica sigur hepatita C, există diferite posibilități de testare. Testele pot identifica infecția după aprox. 6 săptămâni de la producerea infectării.

Testul pentru depistarea anticorpilor: Prin acest test se poate constata dacă o persoană a avut vreodată o infecție cu hepatita C. Dacă testul este negativ, persoana nu a avut niciodată în viață o hepatită C.
Atenție: Testul dă rezultat negativ și atunci când infecția este foarte recentă.
Dacă testul pentru depistarea anticorpilor este pozitiv, atunci persoana a avut în viața ei o hepatită C. Pentru a ști dacă e vorba de o hepatită C deja vindecată sau de o hepatită cronică, este necesar un test PCR.

Testul PCR: Testul PCR măsoară încărcătura virală din sânge, deci dacă și în ce măsură virusul se înmulțește în corp.
Dacă testul PCR dă rezultat negativ, deși testul pentru depistarea anticorpilor fusese pozitiv, atunci hepatita C este deja vindecată. Persoana testată nu poate transmite mai departe virusul.
Dacă testul PCR este pozitiv, atunci hepatita C este în continuare activă și se poate începe tratamentul.

Testarea pentru hepatita C se face la cabinetele medicilor de familie, la Direcțiile de Sănătate Publică (Gesundheitsamt), la unele puncte de testare ale Asociației pentru Sprijinirea Bolnavilor de SIDA (AIDS-Hilfe) și la alte centre de consiliere. Gesundheitsamt, Leberhilfe e. V. și Deutsche Aidshilfe e. V. vă pot sprijini în găsirea unei posibilități de a face testul în localitatea dv.

Casa de asigurări de sănătate preia de regulă costul testului pentru hepatita C. Testarea se face anonim, cu o excepție: Direcția locală de Sănătate Publică trebuie să primească numele, pentru că hepatita C face parte dintre bolile infecțioase cu declarare obligatorie.

Testarea gratuită pentru hepatită la controlul medical de rutină

Începând din toamna anului 2021, testarea pentru hepatita B și C a fost inclusă în controlul medical de rutină pentru adulți (numit până de curând "Check-Up 35").
Toate persoanele care dețin o asigurare de sănătate legală se pot testa o dată gratuit pentru hepatită B și C. Medicul va verifica cu această ocazie și dacă aveți vaccinul contra hepatitei B; în caz contrar, vă va recomanda să-l faceți.
Contra hepatitei C nu există deocamdată niciun vaccin.

Asigurații în vârstă de peste 35 de ani care au făcut ultimul control de rutină între 2018 și 2020 pot profita de introducerea noului test pentru hepatitele B și C și se pot testa și în afara controlului de rutină.



Tratamentul hepatitei C

Scopul tratamentului pentru hepatita C este eliminarea permanentă a virusului din corp. Până de curând, tratamentul dura chiar și mai mult de un an, iar majoritatea pacienților sufereau reacții adverse, uneori severe.

Datorită medicamentelor de ultimă generație, foarte bine suportabile, șansele de vindecare a hepatitei C au ajuns astăzi la peste 95 %. Medicamentele (sub formă de tablete) se iau timp de 8 – 12 săptămâni.
După tratament, pacienții se simt din nou în putere și nu mai riscă să dezvolte bolile grave care sunt consecința unei hepatite C netratate.

Chiar și pacienții tratați anterior fără succes cu alte medicamente pot fi vindecați cu ajutorul tratamentului actual.
De asemenea, tratamentul este eficient și la persoanele care consumă alcool sau droguri, la persoanele aflate în tratament de substituție pentru dependența de droguri, la purtătorii de HIV, la persoanele cu boli de rinichi sau cu ciroză hepatică.

O istorie personală

Medicul descoperă la o femeie în vârstă de 75 de ani valori hepatice ridicate. Între altele, îi propune să facă și un test pentru hepatita C.
Femeia e șocată. Indignată, afirmă că nu a consumat niciodată droguri.
Medicul îi explică că hepatita C se transmitea înainte de 1991 și prin transfuzii de sânge.

Femeia nu primise niciodată o transfuzie. În timpul discuției cu medicul, povestește însă că în 1975 a născut prin cezariană și că după aceea a făcut "icter".
Medicul îi explică că nu este exclus să i se fi făcut o transfuzie fără să i se spună.

Testul pentru depistarea anticorpilor și apoi testul PCR sunt pozitive, deci femeia are într-adevăr hepatita C. După tratament, rezultatul la testul PCR este negativ, iar valorile hepatice revin la normal.



Alte informații și oferte de sprijin

Direcția de Sănătate Publică (Gesundheitsamt) din localitatea dv. de reședință oferă informații și sprijin. Numărul de telefon îl găsiți la adresa:
www.rki.de/mein-gesundheitsamt

Asociația Germană pentru Bolile de Ficat (Deutsche Leberhilfe e. V.) centralizează informațiile și ofertele de sprijin cu privire la bolile de ficat. Pe paginile sale găsiți o listă cuprinzătoare a clinicilor și cabinetelor specializate în bolile de ficat, a centrelor de consiliere și a grupurilor de suport și întrajutorare:
Pagina web: www.leberhilfe.org
e-mail: info@leberhilfe.de

Asociația Germană pentru Sprijinirea Bolnavilor de SIDA (Deutsche Aidshilfe e. V.) oferă numeroase informații și posibilități de consiliere:
www.aidshilfe.de/hepatitis
Consiliere online prin e-mail sau chat:
www.aidshilfe-beratung.de

Impressum

Editor

Ethno-Medizinisches Zentrum e. V. (EMZ)
Königstraße 6, 30175 Hannover | Germania

Redactare și asigurarea calității științifice

Matthias Wentzlaff-Eggebert, Ramazan Salman,
Michael Kopel, Elena Kromm-Kostjuk, Komm.Passion

Versiunea: 2022

Layout: eindruck.net, 30175 Hannover

Imaginea de pe pagina titlu: iStock.com/Rawpixel

Sursa imaginilor: ▸6 © ag visuell/stock.adobe.com |
▸9 fizkes © 123RF.com | ▸13 yacobchuk © 123RF.com

Comenzi

Comandă online: www.stophep.info

E-mail: bestellportal@ethnomed.com |
salman@ethnomed.com

Puteți comanda pliante tipărite la:
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.,
Königstraße 6, 30175 Hannover

Disponibil în diferite limbi

Cu sprijinul:

abbvie

PLUS

Alte publicații ale EMZ pentru descărcare sau comandă se găsesc la adresa:
www.mimi-bestellportal.de

Indicații URL: Conținutul legăturilor externe cade în responsabilitatea operatorilor acestora.

DE-VHCV-220045-RO