КРАТКИЙ КУРС ЗНАНИЙ |
Гепатит

STOPHEP
Информационный материал
УСТРАНИМ ВМЕСТЕ ГЕПАТИТ С



Russisch

Наши знания – наша защита: **Здоровая печень и гепатит С**

MiMi Das Gesundheitsprojekt Mit Migranten für Migranten

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Оставайтесь здоровыми! 3

Гепатит С – какое это имеет ко мне отношение? 3

В чем состоит особенность гепатита С? 4

Печень – подчеркнем не только многообразие ее функций, но и необходимость позаботиться о ней! 5

Что может привести к заболеванию печени? 6

Гепатит С: что происходит в печени при воспалительном процессе? 7

Каковы проявления гепатита С? 8

Пути распространения и механизмы заражения вирусом гепатита С 9

Как снизить риск заражения 10

Постановка диагноза/ диагностические тест-системы 11

Бесплатные скрининговые исследования на гепатит в рамках общего обследования состояния здоровья (Gesundheits-Check-Up) 13

Лечение гепатита С 14

Дополнительные источники информации, виды помощи 15

Выходные данные 16

Оставайтесь здоровыми!

От заболеваний, обусловленных гепатитами, каждый день во всем мире умирает около 3.000 человек. Гепатит С является одной из основных причин возникновения цирроза печени и рака печени.

Однако в большинстве случаев гепатит С полностью излечим – при условии, что инфекция была распознана вовремя. Поскольку пути заражения нередко связаны со стигматизацией со стороны общества, а инфекция может долгое время не проявлять себя, то значительное количество людей просто не подозревает о своем заражении. Внести ясность поможет простой анализ крови.

Лица, обратившиеся за помощью по данному поводу в практику семейного врача или же любые другие специализированные медицинские центры, могут рассчитывать на консультацию, включающую оценку степени риска и разъясняющую предлагаемые в настоящий момент возможности тестирования и лечения.

Не стоит откладывать визит к врачу. От гепатита С можно вылечиться, если больной своевременно получил необходимые сведения о заболевании, прошел диагностику и лечение. В этом вам поможет наша брошюра, содержащая информацию о гепатите С.

Гепатит С – какое это имеет ко мне отношение?

- Существуют причины, по которым я мог бы заподозрить у себя наличие гепатита С, хотя я вовсе не осознаю для себя какой-либо опасности.
- Гепатит С может иметь фатальные последствия для здоровья.
- Сегодня существует эффективное и простое лечение, обеспечивающее больному исключительно высокий шанс на выздоровление.
- Анализ проводится бесплатно и прост в выполнении.
- Я пройду на всякий случай анализы при следующей возможности!

В чем состоит особенность гепатита С?

- Гепатит С часто остается незамеченным, но даже спустя годы заболевание может привести к развитию серьезных проблем со здоровьем, не исключающих смертельного исхода.
- В различных странах мира исторически сформировались различные пути заражения; отличается и распространенность заболевания в разных частях света.
- Нередко человек не имеет ни малейшего понятия, когда и где он мог попасть в ситуацию, связанную с риском заражения гепатитом С: сам момент заражения может находиться уже в далеком прошлом, а причины/обстоятельства заражения могут иметь совершенно неожиданный характер.
- В последние годы произошел настоящий прорыв в лечении гепатита, на сегодняшний день шансы на исцеление чрезвычайно высоки.
- Разъяснительная работа, возможности диагностики и терапевтического воздействия способны сохранить пациентам жизнь!

Полезно знать:

По оценкам Института им. Роберта Коха, у населения промышленных стран 70 – 85 % всех случаев хронических заболеваний печени воспалительного характера и 60 % всех случаев рака печени обусловлены хроническим гепатитом С. Причина, по которой предпринимается 63 % всех операций по трансплантации печени – это снова хронический гепатит С.

Поэтому-то и настолько важно санитарно-гигиеническое просвещение в отношении гепатита С: чем раньше выявлена болезнь, тем выше шанс на выздоровление.

Печень – подчеркнем не только многообразие ее функций, но и необходимость позаботиться о ней!

Из всех органов, отвечающих в человеческом организме за обмен веществ, печень является самым важным: примерно 500 метаболических процессов протекают с ее участием. Она отвечает за обеспечение множества жизненно важных функций, что делает этот орган незаменимым для человека. Не существует и искусственной печени – в отличие от сердца или почек. Если работа печени нарушена, то это всегда ведет к массивным ограничениям в плане здоровья. Поэтому-то и так важно не допустить нарушений в работе этого органа.

К основным функциям печени относят:



Обезвреживающая: печень задерживает (фильтрует) из поступающей крови такие токсичные вещества, как алкоголь и никотин, а также медикаменты, и превращает их в менее вредные соединения, которые затем выводятся из организма вместе с мочой и калом.



Участие в обмене веществ: в печени осуществляется метаболизм поступающих с пищей белков и их компонентов, в результате чего происходит высвобождение энергии. Вырабатываемая в печени желчь необходима для процессов переваривания и усвоения жиров и витаминов.



Депо: печень – это хранилище запасов глюкозы, витаминов и микроэлементов (железо, медь, марганец, цинк). При необходимости эти вещества из печени снова поступают с кровью в соответствующий орган.



Участие в процессах кроветворения: в печени происходит утилизация старых кровяных телец и выработка различных белков, необходимых для процессов свертывания крови.

Что может привести к заболеванию печени?

Заболевания печени являются одной из самых масштабных проблем здравоохранения во всем мире. Только в Германии острыми и хроническими заболеваниями печени, включая их последствия, страдают более 5 миллионов человек.

К нарушению функции печени могут привести инфекционные заболевания, воздействие вредных веществ (алкоголь, лекарства, никотин), травмы. Чаще всего поражения печени проявляются в виде воспалительного процесса, причинами которого могут быть:

- вирусная инфекция (вирусы гепатита A, B, C, D или E)
- инфекции невирусной природы (бактерии, паразиты, грибок)
- аутоиммунные заболевания (аутоиммунный гепатит)
- воспалительные заболевания желчевыводящих путей



Утешительная новость состоит в том, что печень в определенной степени способна к самопроизвольному выздоровлению и регенерации. Однако неправильный образ жизни и постоянное воздействие повреждающих факторов могут нанести ей серьёзный ущерб.

Заболевания печени, обусловленные, например, вирусом гепатита C (ВГС), часто протекают бессимптомно или же с наличием самых общих, неспецифических жалоб на утомляемость, снижение работоспособности или же чувство распирания/давления в правом подреберье. Если удастся распознать данные симптомы – то это уже первый шаг к тому, чтобы сохранить печень здоровой.

Гепатит C: что происходит в печени при воспалительном процессе?

Гепатит C – это воспалительное заболевание печени, вызванное вирусом гепатита C.

Если инфекция, вызванная вирусом гепатита C, не заканчивается самопроизвольным выздоровлением и длится более 6 месяцев, то говорят о хроническом гепатите C. Это означает, что в печени идет постоянный воспалительный процесс. Прогрессирование в хронический гепатит встречается в 60 – 85 % всех случаев инфицирования ВГС. По всему миру насчитывается около 58 миллионов людей с хронизацией гепатита C, в Европе их число достигает примерно 12,5 миллионов.

Исходом непролеченного хронического гепатита C может стать фиброз печени (рубцевание), который, прогрессируя, вызывает цирроз печени (замещение нормальной печеночной ткани соединительной). При данных изменениях структуры печени она больше не в состоянии выполнять свою функцию в полном объеме.
Цирроз печени, а также его последствия и осложнения в виде рака печени, могут привести к смерти пациента.

Полезно знать:

При хроническом гепатите могут наблюдаться сопутствующие поражения других органов и тканей организма – характерны такие проявления, как, например, заболевания глаз, нарушения функции почек, нервно-психические заболевания, фиброз легких, заболевания кожных покровов, нарушения функции щитовидной железы, заболевания сердца и сосудов, болезни обмена веществ.

Каковы проявления гепатита С?

При своевременно распознанных симптомах лечение не длится долго и хорошо переносится пациентами, возможно также достичь полного выздоровления больного. Решающую роль, конечно же, играет и разъяснительная работа среди населения. Особому риску подвержены

- лица, употребляющие наркотики
- лица, находящиеся в местах лишения свободы
- лица, прибывшие из регионов с высоким уровнем распространенности гепатита С (страны и территории Восточного Средиземноморья, Восточной Европы, Африки, Центральной и Восточной Азии)
- лица, которым переливали кровь и препараты крови до введения в лабораторную практику обязательного тестирования донорской крови на вирус гепатита С (в Германии с 1991).

Гепатит С может долгое время ничем не проявлять себя; таким образом, у больных на протяжении длительного времени отсутствуют какие-либо жалобы или же имеются только неспецифические симптомы:

- утомляемость
- снижение работоспособности, вялость
- боли в эпигастральной области
- боли в суставах
- потеря/прибавка в весе
- нарушения концентрации

Если эти жалобы сохраняются, следует обратиться к врачу за консультацией. Своевременно распознать заболевание удастся также и в рамках профилактических обследований, предлагаемых в рамках обязательного медицинского страхования.

Университетская клиника земли Шлезвиг-Гольштайн разработала специальный опросник «Печень: проверьте себя». С его помощью вы можете самостоятельно оценить риск развития заболеваний печени. Тест используется, конечно же, только для предварительной, приблизительной оценки и не может заменить врачебную консультацию. Данный опросник вы найдете на сайте в Интернете:
www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Test-Wie-gesund-ist-Ihre-Leber,quiz14778.html



Пути распространения и механизмы заражения вирусом гепатита С

Вирус гепатита С передается в основном через контакт с зараженной кровью (который иногда остается незамеченным). Для заражения здорового человека достаточно чрезвычайно малого, неразличимого невооруженным глазом количества зараженной крови, попавшей в его систему кровообращения.

Гепатит С не передается с молоком матери, через общую еду, напитки или же социальные контакты. Без опасений можно пользоваться одной посудой с инфицированным человеком, столовыми приборами, душем, санузлом, общей кроватью.

Вирус гепатита С и пути его передачи были открыты в конце 80-тых. До этого его распространение оставалось незамеченным, например в среде тех, кто употребляет наркотики (как внутривенное, так и внутриносовое введение).

Перенос возможен и во время медицинских манипуляций в лечебных учреждениях. Например, при переливании донорской крови при кровопотере при родах или же во время операции, также в рамках проводимых органами здравоохранения кампаний. Примером может служить проведение комплекса мероприятий по борьбе с шистоматозом в Египте в 50-х и 60-х годах прошлого века.
То есть инфицирование вирусом гепатита С могло произойти в прошлом, причем больной ничего не подозревает о своем заражении, а сама инфекция ни разу не была выявлена при помощи анализов.

Стигматизация людей, употребляющих наркотики, частично распространилась и на пациентов с гепатитом С; в результате эта тема стала табуированной, иногда даже и в медицинской среде. Из-за этого инфекция также часто остается невыявленной.

История одного пациента

Мужчина 35 лет, приехал в Германию из России 15 лет назад. Первое время было нелегко привыкнуть, не мог адаптироваться на новой родине, стал общаться с людьми из разных компаний.

Жизнь как-то все время не складывалась: менял место учебы и проживания, потом стал пить. Все общение в компании сводилось к ритуалам, доказывающим, что ты «настоящий мужик»; присутствовало постоянное давление группы. Однако все это уже давно в прошлом. Сейчас хочется наслаждаться своей наладившейся жизнью, той уверенностью, которую она дает.

Во время общего профилактического осмотра доктор спросила его, не употреблял ли он когда-нибудь раньше наркотики. Он медлил с ответом. Просто видел тогда, что все кололись или же сам он тоже получил дозу? Он теперь боится, что потеряет уважение окружающих, если расскажет об этом. Помогло, что доктор попалась понимающая.

Как снизить риск заражения

Риск инфицирования минимален, если придерживаться определенных правил. Прежде всего, необходимо соблюдать меры безопасности, позволяющие избегать контакта с кровью чужого человека

- не использовать совместно шприцы, трубочки и другие принадлежности при введении/употреблении наркотиков.
- обязательно следить за тем, чтобы мастера тату-салона, студии пирсинга, маникюрного кабинета и парикмахерской при проведении манипуляций строго соблюдали санитарно-гигиенические требования.
- использование презервативов при половом акте, где не исключается риск прямого контакта с кровью партнера.
- использование резиновых перчаток – особенно это касается медицинских профессий – с целью снижения риска заражения при кровотечении, уколе использованной иглой.

Постановка диагноза/диагностические тест-системы

Кому следует сдать кровь на гепатит?

- лицам, проживавшим (проведшим определенную часть своей жизни) в регионах с высокой распространенностью гепатита С. Это относится, например, к странам Восточной Европы, странам и территориям Восточного Средиземноморья, Африки и Центральной и Восточной Азии.
- обладателям татуировки/пирсинга, неуверенным в безопасном проведении татуажа/проколов (то есть с соблюдением санитарно-гигиенических требований). Например, если татуировку сделали в тюрьме или же в странах, где невозможно оценить степень риска заражения.
- лицам, тесно контактирующим с больными гепатитом С.
- лицам, когда-либо использовавшим наркотики внутривенно/внутриназально (с помощью трубочки), или которым когда-либо раньше вводил наркотик кто-то другой. Часто люди не могут вспомнить/не охотно вспоминают о подобном эпизоде, особенно если они принимали наркотик редко или же когда-то очень давно, в далеком прошлом.
  Люди не решаются назвать причину для проведения анализа крови (из-за того, что гепатит – вечный спутник наркомании), боясь быть отторгнутыми обществом и подвергнуться дискриминации. К этому следует относиться с пониманием.
- лицам, меняющим своих половых партнеров или же инфицированным ВИЧ.
- лицам, находящимся в местах лишения свободы, так как в таких учреждениях существует достаточно путей передачи инфекции и возможностей его реализации.
- лица, которым переливали кровь до введения в лабораторную практику обязательного тестирования донорской крови на вирус гепатита С (в Германии с 1991)

Полезно знать:

Даже в случае полного излечения от гепатита С не исключен риск повторного заражения ВГС!

Что я должен знать о тестировании?

Есть различные способы, как однозначно установить диагноз гепатита С. Тест, проведенный через 6 недель после возможного момента заражения, позволяет выявить инфекцию.

Тест на антитела: тест на антитела позволяет дать ответ на вопрос, перенес ли человек уже когда-либо ранее гепатит С. Если результат теста отрицательный, то человек никогда в своей жизни не болел гепатитом С.
Тест также может быть (пока еще) отрицательным – в том случае, если человек заразился недавно.
Если результат теста положительный, то это свидетельствует о том, что или человек когда-то в своей жизни переболел гепатитом С и после этого выздоровел, или же что у него произошла хронизация процесса. Это выяснится с помощью ПЦР-теста.

ПЦР-тест: служит подтверждением наличия в настоящий момент в крови человека генетического материала вируса, то есть говорит о том, что в организме идет дальнейшее размножение вируса.
Если результат ПЦР-теста отрицательный, хотя тест на антитела был положительным, то в этом случае говорят о полном излечении. То есть человек не может заразить кого-либо.
Если результат ПЦР-теста положительный, то речь идет об активном течении инфекционного процесса, который поддается лечению.

Тест на гепатит С можно пройти в практике домашнего врача, в местном Департаменте здравоохранения, некоторых СПИД-сервисных и других консультационных центрах. Где найти адреса для прохождения теста? Обратитесь в местный Департамент здравоохранения (Gesundheitsamt), в организацию Leberhilfe e. V. (предлагаются общие первичные консультации) и в СПИД-сервисные центры (подразделения Deutsche Aidshilfe e. V.)

Расходы на проведение теста на гепатит С несет, как правило, больничная касса. Исследование проводится анонимно (без указания имени тестируемого). Данные получает только местный Департамент здравоохранения (в соответствии с обязательной регистрацией заразных болезней), и никакие другие инстанции/лица больше.

Бесплатные скрининговые исследования на гепатит в рамках общего обследования состояния здоровья (Gesundheits-Check-Up)

Осенью 2021 года было введено общее скрининговое обследование на гепатиты В и С. Оно является частью общего профилактического обследования состояния здоровья для взрослых (раньше называлось: Gesundheits-Check-Up)
Все лица, застрахованные в рамках государственного медицинского страхования (GKV), могут получить данную услугу во время прохождения профилактического обследования – единожды, бесплатно. Кроме того, контролируется прививочный статус пациента на гепатит В, при необходимости врач посоветует пройти иммунизацию.
В настоящее время отсутствует специфическая вакцина против гепатита С.

Если последний общий профилактический осмотр проводился между 2018 и 2020, то застрахованные лица старше 35 лет могут наверстать это упущение и пройти нововведенный тест на гепатит В и С.



Лечение гепатита С

Целью лечения гепатита С является постоянная элиминация вируса из организма больного. Еще несколько лет назад лечение в некоторых случаях длилось больше года, и почти все пациенты страдали от частью очень серьезных побочных эффектов.

С помощью современных препаратов, которые хорошо переносятся больными, удалось достигнуть излечения от гепатита С у более чем 95 % пациентов. Терапия ограничена в большинстве случаев приемом препаратов в таблетированной форме в течение 8 – 12 недель.
Лечение приводит к улучшению самочувствия больных, профилактируя развитие отсроченных осложнений гепатита С.

Даже для тех больных, которые безуспешно пытались вылечиться от гепатита, современные препараты дают неплохой шанс на выздоровление.
В наши дни перспектива успешного лечения может быть предложена и таким контингентам лиц, как наркопотребители, больные алкоголизмом, лица с наркотической зависимостью, получающие заместительную терапию; ВИЧ-инфицированные; пациенты с нарушением функции почек и с циррозом печени.

История одной пациентки

Доктор обнаружил, что у его пациентки, которой уже 75 лет, повышены печеночные пробы. Кроме всех остальных анализов, было решено провести тест на гепатит С. Реакция со стороны женщины: она просто поражена. Она с возмущением уверяет врача в том, что никогда в жизни не принимала наркотики.
Доктор объяснил ей, что до 1991 наблюдался и посттрансфузионный путь передачи вируса гепатита С – то есть при переливании крови.
Пациентка утверждает, что ей никогда не переливали кровь. В ходе дальнейших расспросов выяснилось, что у нее в 1975 году после кесарева сечения была «желтуха».
Врач объяснил ей, что, возможно, при родах ей проводилось переливание крови, но ей об этом не сообщили.
Тест на антитела и ПЦР-тест показали положительный результат, у нее хронический гепатит С. После лечения ПЦР-тест показал отрицательный результат, печеночные показатели снова в порядке.



Дополнительные источники информации, виды помощи

Местный Департамент здравоохранения: информация и поддержка. Номер телефона можно найти на странице:
www.rki.de/mein-gesundheitsamt

Организацией Deutsche Leberhilfe e. V. предлагаются информационные материалы и консультации на предмет заболеваний печени, на сайте можно пройти онлайн-тест; также опубликован полный список адресов клиник, профильных врачебных практик-амбулаторий и групп самопомощи
www.leberhilfe.org
Адрес электронной почты: info@leberhilfe.de

Местные СПИД-сервисные центры и Германская СПИД-помощь (Deutsche Aidshilfe e. V.): обширные информационные материалы и консультации
www.aidshilfe.de/hepatitis
Консультация в режиме онлайн (по эл. почте или в чате):
www.aidshilfe-beratung.de

Выходные данные

Издатель

Этно-медицинский Центр (EMZ e. V.)
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland

Редакционная коллегия/контроль качества допечатной подготовки информационных текстов

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

Состояние на: 2022

Верстка: eindruck.net, 30175 Hannover

Иллюстрации, использованные для заглавной страницы:
iStock.com/Rawpixel

Источники фотографий, использованных для оформления текста: Стр.6 © ag visuell/stock.adobe.com | Стр.9 fizkes © 123RF.com | Стр.13 yacobchuk © 123RF.com

Возможность для заказа

Заказать в Интернете: www.stophep.info
Заказать по эл. почте: bestellportal@ethnomed.com | salman@ethnomed.com
Для получения печатного экземпляра направлять заказы по адресу:
Ethno-Medizinisches Zentrum e. V.,
Königstraße 6, 30175 Hannover

Брошюра имеется в наличии на различных языках

При поддержке:

abbvie

PLUS

Другие тематические публикации Этно-медицинского Центра для скачивания и для заказов размещены на сайте: www.mimi-bestellportal.de

Ссылки на Интернет-ресурсы: ответственность за содержание размещенных на внешних сайтах и ресурсах материалов, на которые указывает ссылка, несет владелец данного сайта.

DE-VHCV-220045-RU