

Želite li više informacija?

Savjetništva za hepatitis C

Australian Hepatitis Council (02) 6232 4257

NSW (02) 9332 1599
1800 803 990 (NSW - iz izvangradskih područja)

Victoria (03) 9639 3200
1800 703 003 (VIC - iz izvangradskih područja)

Queensland (07) 3229 3767
1800 648 491 (Qld - iz izvangradskih područja)

South Australia (08) 8362 8443
1800 021 133 (SA - iz izvangradskih područja)

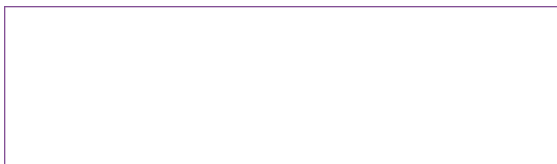
Western Australia (08) 9328 8538
1800 800 070 (WA - iz izvangradskih područja)

Northern Territory 1800 353 755
(Territory Health Services)

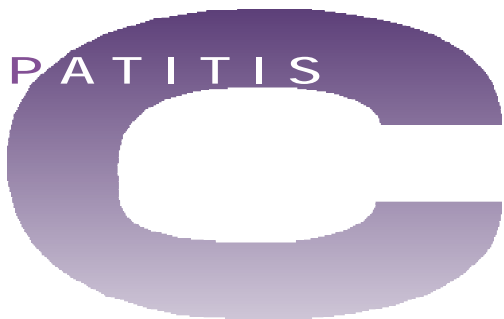
Tasmania (03) 6234 1242

Australian Capital Territory (02) 6253 9999
1800 803 990 (NSW - iz izvangradskih područja)

Kontaktirajte svog mjesnog liječnika ili državnu
bolnicu (Infectious Diseases Clinic, Hepatology
Clinic)



HEPATITIS



informacije

HEPATITIS

C

Originalno predelo i prevod ured za
Multikulturalna politika i programi Južne Australije
(Multicultural Policy and Programs South Australia)

izdanje u
Vijećem etničkih zajednica Queenslanda
(The Ethnic Communities Council of Queensland)

Obradeno izdanje, Svibanj 2000



Za koga je ova brošura?

Ova brošura je namijenjena ljudima koji imaju hepatitis C, njihovim obiteljima i njegovateljima, te ljudima koji su izloženi riziku od zaraze hepatitisom C.

Što je hepatitis?

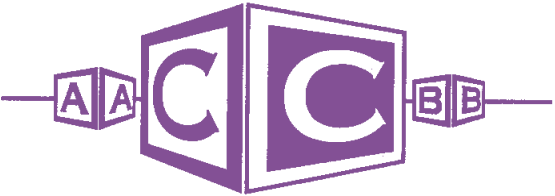
Pod riječju hepatitis podrazumijeva se upala jetre. Hepatitis može biti uzrokovan izvjesnim brojem stvari, uključujući tu viruse, alcohol i kemikalije.

Što je "virusni" hepatitis?

Virusni hepatitis je zarazna bolest koja izaziva upalu jetre. Virusni hepatitis je ozbiljan zdravstveni problem svuda po svijetu. Može dovesti do ciroze (ili stvaranja ožiljaka) jetre, a u malom broju slučajeva, do raka jetre, pa i smrti.

Kakvih ima vrsta virusnog hepatitisa?

Glavne vrste virusnog hepatitisa su hepatitis A, hepatitis B i hepatitis C. Hepatitis C je ranije bio poznat kao ne-A/ne-B ili "posttransfuzijski hepatitis". Hepatitis B i hepatitis C su jedina dva virusa koja mogu dovesti do ciroze jetre. Također postoje i drugi rijedi tipovi virusnog hepatitisa.



Hepatitis A

Hepatitis A se prenosi kada stolica jedne osobe dođe u dodir s ustima druge. Ovo se može dogoditi jedenjem zaražene hrane ili pića, ili izvjesnim spolnim aktivnostima. Simptomi se obično pojave 28 - 30 dana nakon infekcije i mogu uključiti bolove u trbuhu, gubitak apetita, mučninu, blagu groznicu, umor i u nekim slučajevima žutoću kože i očiju (žutica). Najveći broj zaraženih ljudi se potpuno oporavi i otporni su na ponovnu infekciju. Za hepatitis A se može dobiti preventivno cijepljenje.

Hepatitis B

Hepatitis B se prenosi izravnim krvnim dodirima, spolnim odnosima sa zaraženom osobom ili zajedničkom uporabom pribora za ubrizgavanje droga. Simptomi se na pojavljuju kod svake osobe. Oko 30 - 50% odraslih osoba i 10% djece imaju simptome kad se zaraze. Ti simptomi mogu uključiti bol u trbuhu, mučninu i povraćanje, bolove u zglobovima i žutoću kože i očiju (žutica). Najveći broj osoba se potpuno oporavi; međutim, 5 - 10% ljudi će ostati nosioci virusa i moći se zaraziti druge. Postoji cjepivo za hepatitis B i daje se u obliku tri injekcije tijekom šestmesečnog razdoblja. Na raspolaganju je također i cjepivo koje daje imunitet protiv oba hepatitisa, A i B.

Hepatitis C

Hepatitis C se prenosi izravnim krvnim dodirima. U 1997. godini je u Australiji hepatitisom C bilo zaraženo oko 190.000 osoba, od kojih je 134.000 imalo kronični hepatitis C (bolest u trajanju od šest ili više mjeseci) i oni izloženi znatnom riziku da dobiju cirozu i/ili karcinom jetre. U Australiji dolazi do 11.000 novih infekcija godišnje. Oko 90% ovih zaraza je nastalo zbog nesigurnosne prakse cijepljenja, uključujući skupnu uporabu pribora za ubrizgavanje droga.

Za hepatitis C nema preventivnog cijepljenja.

Kakvi su simptomi hepatitisa C?

Hepatitis C utječe na ljude na različite načine. Najviše ljudi nema **nikakvih simptoma**. Manji broj osoba bi se 8 - 12 tjedana nakon zaraze, moglo žaliti na sljedeće:

- mučninu
- stalni umor
- gubitak apetita
- nelagodnost u predjelu jetre
- bol u zglobovima
- žuticu (nije česta)

Kod oko 75% ljudi s hepatitisom C dođe do kronične infekcije (koja traje šest ili više mjeseci). Može proći između 10 - 15 godina dok dođe do pojave kroničnih ili dugoročnih simptoma. Najčešći kronični simptom je stalni umor, bol (naročito u predjelu jetre) i mučnina. Simptomi kroničnog hepatitisa C su obično blagi, ali ponekad ozbiljni.

Je li hepatitis C ozbiljna bolest?

Da, može biti.

Znanstvena istraživanja pokazuju da od 100 ljudi zaraženih hepatitisom C, kod 25 će se infekcija potpuno pročistiti iz tijela tijekom 2 - 6 mjeseci, ali će oni još uvijek za izvjesno vrijeme ostati nosioci antitijela (tjelesni imuni odgovor na prisutnost virusa). Ljudi kod kojih virus potpuno nestane, obično su mlađi kad ga dobiju i bili su samo jednom njime zaraženi.

Oko 75 od 100 osoba zaraženih hepatitisom C, kod kojih se virus ne pročisti, imat će i daljnju ili kroničnu infekciju i izloženi su opasnosti da u njih dođe do ciroze jetre.

Od 75 ljudi kod kojih dođe do kroničnog hepatitisa C, otprilike 20 njih neće osjetiti nikakve tegobe, kod njih neće doći do bolesti ili oboljenja jetre, ali oni mogu prenijeti hepatitis C na druge osobe.

Nakon prosječno 15 godina, negdje između 40 i 60 ljudi s kroničnim hepatitisom C iskusit će neke od simptoma i kod njih bi moglo doći do izvjesnog stupnja trajnog oštećenja jetre.

Nakon 20 do 40 godina, kod negdje između 8 i 20 ljudi s hepatitisom C doći će do zatajenja jetre ili jednog oblika raka jetre, poznatog kao hepatocelularni karcinom.

Ovo su samo opće upute. Iskustvo svake osobe s hepatitisom C moglo bi biti drukčije od ovog. Imajte na umu da ćete se možda osjećati dobro, ali oštećenje jetre uzročeno hepatitisom C bi još uvijek moglo napredovati. Ako pijete alkohol, opasnost da kod vas dođe do ozbiljnijeg oštećenja jetre, kao što je ciroza jetre, vrlo je velika. Također je moguće da se zarazite hepatitisom C više nego jednom. Ovo će biti dodatno opterećenje jetre.



Kako se hepatitis C prenosi s jedne osobe na drugu?

Hepatitis C se prenosi kada krv osobe s hepatitisom C uđe u krvotok druge osobe. Ovo se može dogoditi na izvjestan broj načina.

1. Tetoviranjem, probadanjem tijela i bušenjem ušiju (prodíranjem kože)

Tetoviranje, bušenje ušiju i probadanje tijela postojalo je u raznim oblicima kroz povijest u mnogim kulturama. Kod samog tetoviranja ili probadanja tijela, te korištenja nesterilnih i nečistih instrumenata postoji rizik zaraze hepatitisom C. Hepatitis C se može prenijeti i drugim priborom koji je već bio upotrebljavan na drugim osobama (kao što su boje, masti i šabloni).

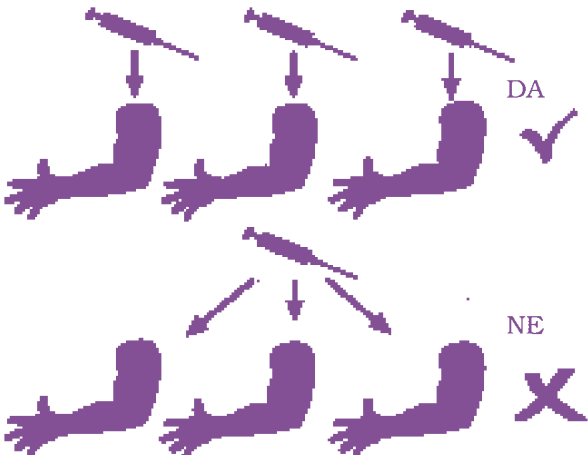
Svi instrumenti koji se koriste za prodiranje kožne površine moraju biti sterilizirani, a radna okolina bi trebala biti uredna i higijenski čista. Osoba koja obavlja takav posao, trebala bi uvijek nositi nove rukavice za jednokratnu uporabu za vrijeme obavljanja zahvata bušenja kože. Uvijek provjerite da je osoba, koja obavlja tetoviranje, registrirana i akreditirana prema odgovarajućem državnom zakonu o dozvolama, gdje god takav postoji. Uvijek tražite da pribor koji se koristi na vama bude steriliziran. Pazite da se odmjerena količina tinte, koja će se koristiti na vama, nalazi u novoj plastičnoj posudi za jednokratnu uporabu. Stupite u dodir s Odjelom za zdravstvo, trebate li više informacija u svezi ovih postupaka.

2. Primanje transfuzije krvi, krvnih proizvoda ili tjelesnih organa

U Australiji se od 1990. godine sva krv za transfuziju, krvni proizvodi i tjelesni organi za presađivanje ispituju za hepatitis C. Međutim, u mnogim drugim zemljama nema ovakvih testiranja. Ljudi koji primaju transfuziju krvi u inozemstvu izloženi su većem riziku od zaraze hepatitisom C. U Australiji se ne možete zaraziti hepatitisom C kroz davanje krvi.

3. Cijepljenje s nesteriliziranim priborom

U prošlosti je mnogo ljudi bilo zaraženo kroz korištenja nesteriliziranog pribora za injekcije za vrijeme masovnih cijepljenja. U Australiji je sav pribor za cijepljenje steriliziran, dok ima zemalja u kojima ovakva praksa još uvijek ne postoji. Hepatitis C se može lako prenijeti s osobe na osobu kroz masovna cijepljenja nesteriliziranim priborom.



4. Dodir s krvlju

Dodir s krvlju druge osobe može povećati rizik dobivanja hepatitisa C. Uvijek rabite rukavice kadgod rukujete nečijom krvi. Ako si zakrvarite odjeću, podvez (turniket) ili druge predmete koji se dadu oprati, metnite ih odmah u pranje s dovoljnom količinom deterdženta



5. Skupno korištenje pribora za ubrizgavanje droga

Hepatitis C se može prenijeti:

- kroz krv iz igle koju je već netko drugi koristio,
- kroz krv koja je ostala u vodi, žlici, ili filteru iz rabljene igle ili šprice,
- krvlju koja je ostala na zavoju koji dodiruje mjesto injekcije,
- krvlju koja je ostala na prstu osobe (kod pritiskanja mjesta poslije injekcije), a koja završi na vašoj koži kad vam ta osoba pomaže s injekcijom,
- krvlju koja je ostala na filteru, kojeg je netko otkinuo nakon injekcije,
- krvlju s rabljenog brisa,
- krvlju s vaših vlastitih ruku nakon diranja predmeta ili površine, koju je dodirnuo netko drugi tko je imao krvi na prstima.

Ako ubrizgavate droge, najsigurnije je koristiti steriliziranu iglu i špricu, sterilnu vodu, sterilni bris (jedan bris za žlicu, a drugi za dezinfekciju ruke), čisti filter, čisti podvez, čiste ruke (operite ih prije i poslije injekcije) i čisto mjesto za izvođenje tog postupka. Nove igle i šprice se mogu dobiti od Programa za opskrbu iglama i špricama, te od nekih ljekarni. **NEMOJTE DIJELITI NIKAKAV** pribor s drugim ljudima. U Australiji nije zabranjeno posjedovati igle i šprice.

Programi za opskrbu iglama i špricama (Needle and Syringe Programs) dijele besplatno pribor, kao što su igle i šprice, sterilni brisovi i voda. Ovi programi također mogu uputiti na programe odvikavanja od droga, zdravstvene službe, pravne i društvene usluge, te za savjete o spolnom zdravlju. Oni također skupljaju rabljeni pribor za ubrizgavanje droga i osiguravaju kontejnere za sigurnosno odlaganje oštrih predmeta.

5. Ozljede od uboda iglama (ili oštrim predmetima)

Hepatitis C se može prenijeti i slučajnim ubodom kože iglom ili špricom, koju je koristila zaražena osoba.

Rabljene igle i šprice bo uvijek trebalo odlagati u čvrstu plastičnu posudu koju se može dobro zatvoriti i čuvati je na mjestu nedostupnom djeci. Ove posude se mogu dobiti od programa za opskrbu iglama i špricama, te nekih ljekarni.



Može li se hepatitis C prenijeti s jedne osobe na drugu ljubljnjem?

Ne. Hepatitis C se prenosi samo izravnim krvnim dodirrom. Hepatitis C se ne može prenijeti poljupcem, zagrljajem, korištenjem istog posuda za jelo, tuširanjem ili zahodom.

Može li se hepatitis C prenijeti korištenjem zajedničkog žileta ili četkice za zube.

Moguće je da se hepatitis C prenese zajedničkom uporabom osobnih predmeta kao žileta, četkica za zube, turpijica ili škarica za nokte. Ovi predmeti mogu ozlijediti kožu i tako se zaprljati krvlju koja bi kroz ranice, zarezine, ili ogrebotine, mogla prijeći u krvotok druge osobe koja koristi iste predmete.

Može li se hepatitis C proširiti spolnim odnosom?

Hepatitis C se obično ne prenosi spolnim odnosima. Međutim, rizik postoji ako jedan od partnera ima hepatitis C, te ako krvare za vrijeme spolnog odnosa. Prezervative ili tanke zaštitne plastične opne (condoms and dental dam) bi trebalo rabiti kadgod postoji prisutnost krvi.

Može li se hepatitis širiti kroz dodire u sportskim aktivnostima?

Ovo je vrlo nevjerojatno, pogotovo gdje sportovi imaju na snazi odgovarajuća pravila u svezi krvarenja. Do sada nije bilo dokumentiranih slučajeva ovakovog načina zaraze. Nema potrebe izbjegavati sudjelovanje u dodirnim sportovima.

Da li se hepatitis C prenosi s majke na dijete tijekom trudnoće?

Hepatitis se ne prenosi lako s majke na dijete.

Međutim, vjerojatnija je pojava zaraze, ako majka ima HIV i hepatitis C, ili ako se zarazi hepatitisom C za vrijeme trudnoće. Ako je hepatitis C prisutan u krvotoku majke za vrijeme trudnoće ili porođaja, tada postoji rizik za dijete da dobije hepatitis C. Do prijenosa zaraze hepatitisom C ne dolazi kroz majčino mlijeko, ali se preporuča ženama s hepatitisom C, da ne doje djecu ako su im dojke ispucane ili krvare iz bradavica.



Mogu li se zaraziti hepatitisom C više nego jednom?

Ljudi koji prebole hepatitis C mogu se opet zaraziti. Također je moguća mješovita infekcija s više od jednim genotipom virusa hepatitisa C. Mješovita infekcija može biti vezana s rapidnim napredovanjem oboljenja jetre.

Od čega se sastoji test za antitijela protiv hepatitisa C?

Test za antitijela protiv hepatitisa C sastoji se od vađenja male količine krvi iz vene na ruci. Krv se tada šalje u laboratorij na ispitivanje. Ovaj test otkriva antitijela protiv hepatitisa C. Tijelu će možda trebati od dva tjedna do šest mjeseci da proizvede dovoljno antitijela, da bi test pokazao da li je osoba zaražena hepatitisom C. Razgovarajte sa svojim liječnikom, ako mislite ići na ovaj test.

Od čega se sastoji test funkcije jetre?

Test funkcije jetre (LFT) je test krvi koji služi da pokaže, da li je vaša jetra u tijeku oštećenja. To se obično vrši svakih 6-12 mjeseci u ljudi koji imaju hepatitis C. Posavjetujte se s liječnikom koji će vam kazati da li je test potreban.



Postoji li ikakvo liječenje za hepatitis C?

Postoje dvije vrste lijeka koje su određene za liječenje hepatitisa C: interferon i ribavirin. Ovi lijekovi se ne mogu dati svakome. Budući da ti lijekovi mogu biti praćeni neželjenim nuspojavama, postoji izvjestan kriterij za ljude s hepatitisom C kojima se ovi lijekovi mogu dati. Ovo liječenje se može dobiti samo u specijaliziranim službama.

Neki ljudi koriste prirodna i druga liječenja, kao akupunkturu i biljne lijekove. Porazgovarajte s kvalificiranim akreditiranim djelatnikom za prirodnu terapiju za više informacija.

Što god izaberete, važno je pronaći što više informacija o različitim izborima liječenja. Održavanje kontakta sa svojim liječnikom i Savjetništvom za hepatitis C u svojoj državi ili teritoriju će vam pomoći da budete informirani o novim otkrićima za liječenje hepatitisa C.

Evo nekoliko stvari koje sami možete učiniti, da bi poboljšali svoje zdravlje i snagu za podnošenje hepatitisa C. Ovu praksu je dobro slijediti bez obzira imate li hepatitis C ili ste možda u opasnosti od dobivanja zaraze:

- održavajte zdravu dijetu
- smanjite količinu alkohola
- smanjite pušenje
- uzmite si dosta odmora
- smanjite/svladavajte stres
- redovito vježbajte (blage do umjerene vježbe, kao što je joga, hodanje i plivanje)
- ako si ubrizgavate droge, razmotrite druge načine uzimanja, kao pušenje, udisanje ili ih uzimate oralno.



Alkohol izaziva daljnje oštećenje jetre i povećava rizik za dobivanje ciroze. Ako ne možete potpuno prestati piti alkohol, možete smanjiti količinu alkohola koju popijete, ako:

pijete niskoalkoholna pića
izbjegavate pijanke i teška pića
zamijenite ih s bezalkoholnim pićima

Dokazano je da pušenje šteti zdravlju ljudi i povećava u njih opasnost of razvoja srčanih bolesti. Smanjenje ili prestanak pušenja, moglo bi vam poboljšati opće zdravlje i pomoći bolje podnositi hepatitis C.

Kome bih trebao reći da imam hepatitis C?

Prije nego ikome kažete da imate hepatitis C, razmislite kome to želite reći i zašto. Dobra je ideja da o hepatitisu C razgovarate samo onda, kad ste vi na to spremni. Zakonski to ne morate reći nikome, izuzev službi za prikupljanje krvnih zaliha, te ako ste zdravstveni djelatnik koji radi na mjestima gdje se rukuje s krvlju (pogledajte niže navedeni odlomak u svezi toga treba li to reći poslodavcu).

Djelatnici u zdravstvenoj službi imaju zakonsku obvezu da prijave sve pozitivne nalaze testova za antitijela protiv hepatitisa C Odjelu zdravlja. Ove informacije se čuvaju u tajnosti, a koriste se da bi Odjel za zdravlje doznao:

- koliko ljudi je zaraženo hepatitisom C
- gdje dolazi do zaraza; i
- gdje usmjeriti zdravstvena sredstva za sprečavanje novih zaraza, kao i za brigu o ljudima koji su već zaraženi hepatitisom C.

Kako kazati svojoj obitelji

Da li ćete to kazati svojoj obitelji, odluka je koju samo vi možete donijeti. Mogli bi biti iznenađeni s razinom podrške obitelji, kada saznaju da bolujete od hepatitisa C. Dobro razmislite u svezi kako, kada, gdje i zašto im hoćete kazati da imate hepatitis C. Vaš liječnik, Savjetništvo za hepatitis C i savjetnici vam mogu pomoći da donesete odluku kome ćete reći i kako ćete primiti njihova pitanja i reakcije.

Treba li kazati zdravstvenim djelatnicima

Kad odlazite kojem zdravstvenom djelatniku (svom liječniku, specijalisti, medicinskoj sestri ili zubaru), obično će vas pitati o vašem općem zdravlju, uključujući i pitanje, jeste li imali hepatitis C ili bolest jetre.

Vi ne morate reći zdravstvenom djelatniku ako imate hepatitis C. Međutim, biti u stanju otvoreno o tome razgovarati, moglo bi značiti da ćete dobiti liječenje na dobro informiranoj osnovi. Ako vas zabrinjava, kako će se informacije koje date o vašem zdravlju koristiti, porazgovarajte o tome o osobljem.

Zdravstvenim djelatnicima je zakonski zabranjeno otkriti stanje vašeg zdravlja bilo kome bez vašeg pristanka, osim prijave Odjelu zdravstva svakog pozitivnog nalaza testa za antitijela protiv hepatitisa C.

Također je protuzakonito da zdravstveni tumač otkrije bilo kome status vašeg zdravstvenog stanja bez vašeg pristanka.

Postoji mogućnost da ćete osobno poznavati tumača. Ako vam to predstavlja problem, vi imate pravo zatražiti tumača preko telefona iz drugog dijela Australije, kad se raspravlja o vašem zdravlju. Ako je to što vi želite, kažite to svom zdravstvenom djelatniku.

Kazati poslodavcu

Nema razloga da kažete svom poslodavcu, osim ako ste vi zdravstveni djelatnik koji obavlja postupke u kojima postoji mogućnost da se porežete i krvarite po pacijentu. Ako je takav slučaj, trebali biste pronaći kakva su pravila u vašoj državi ili teritoriju u svezi zdravstvenih djelatnika koji imaju hepatitis C.

A što ako me protiv mene diskriminira zbog toga što imam hepatitis C?

Kasni ljudima da imaju hepatitis C, moglo bi Vas izložiti raznim oblicima diskriminacije. Diskriminacija znači da se ljudi drukčije odnose prema Vama kad saznaju da imate hepatitis C. Najviše diskriminacije dolazi od ljudi koji malo znaju o hepatitisu C, pa imaju pogrešne pretpostavke. Teško je reći kako će ljudi reagirati. Najbolje je naučiti što više o hepatitisu C, kako biste mogli obrazovati ljude oko sebe.

Proturakozna je, da iko diskriminira protiv vas samo zato što imate hepatitis C, a mogućim izuzetima osiguravajućih kompanija i mirovnih fondova.

Ne može vam se spriječiti pristup školovanju, oseliti smještaj ili dati otkaz a posla zato što imate hepatitis C i od ovakve vrste diskriminacije ste zaštićeni federalnim zakonom od 1992. godine (Commonwealth Disability Discrimination Act 1992) protiv diskriminacije na temelju kakvih invalidnosti. Većina država Australije ima i svoje zakone protiv diskriminacije. Zakon protiv diskriminacije na temelju invalidnosti vam garantira pravo na dobivanje liječenja.

Ako osjećate da se protiv vas diskriminira, priložite si što je bilo rečeno i što se dogodilo. To će vam pomoći za pripremanje službene pritužbe. Raspitajte se kod službi navedenih na kraju ove brošure o tome što poduzeti dalje.