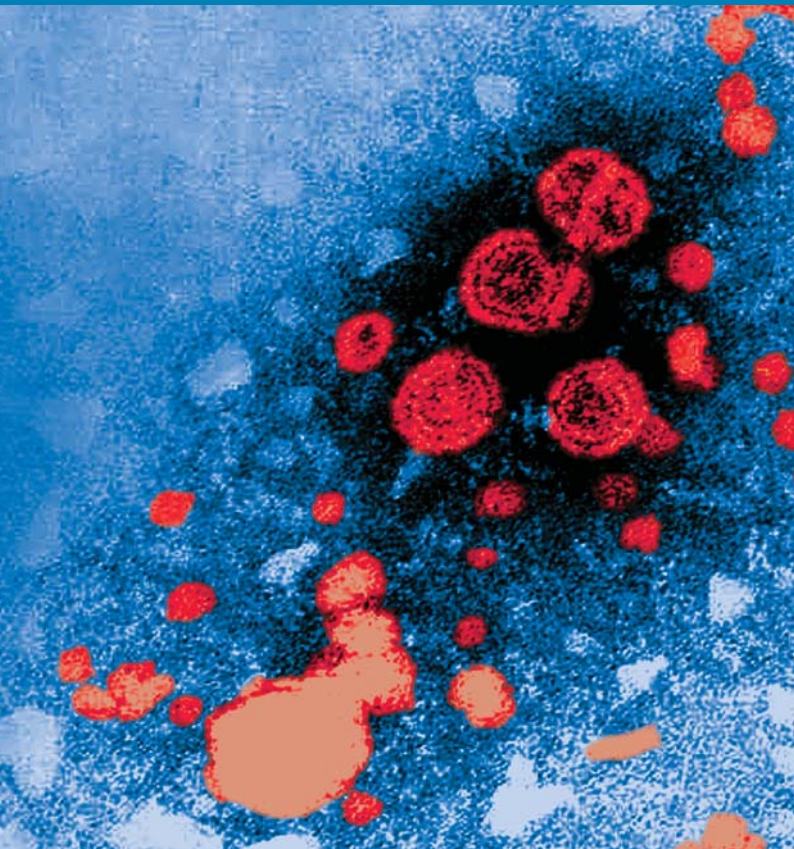


# Hepatitis B

Informationsflyer



Deutsche Leberhilfe e. V.

## Was ist Hepatitis B (HBV)?

Hepatitis B ist eine Leberentzündung, die durch eine Infektion mit dem Hepatitis-B-Virus ausgelöst wird. Wenn ein gesunder Erwachsener sich ansteckt, heilt Hepatitis B in ca. 95% der Fälle im ersten halben Jahr von selbst aus. Bei Kindern und Menschen mit schwachem Immunsystem heilt das Virus dagegen wesentlich schlechter spontan aus. Wenn die Hepatitis B einmal ausgeheilt ist, bleibt man sein Leben lang immun. Diese Menschen brauchen keine Medikamente, außer das Immunsystem wird z.B. durch eine Chemotherapie stark beeinträchtigt. Bei 5–10% der Erwachsenen bleibt die Erkrankung aber länger als ein halbes Jahr im Körper. Ab dann ist die Infektion dauerhaft, also chronisch. Oft besteht die chronische Hepatitis B lebenslang, in seltenen Fällen heilt sie Jahre später doch noch von selbst aus. Chronische Hepatitis B kann über Jahre hinweg die Leber schädigen und zu einer Zirrhose oder Leberkrebs führen. Deswegen müssen chronische Hepatitis-B-Patienten sich unbedingt fachärztlich beraten lassen.

## Wie gefährlich ist Hepatitis B?

Das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Bei einigen verläuft die Erkrankung über Jahrzehnte mild, sodass diese Betroffenen mit der Erkrankung alt werden können. Bei anderen kann die Entzündung die Leber in 5 bis 50 Jahren schwer schädigen, bis eine Zirrhose entsteht (Narbenleber). Auch kann ein Leberkrebs entstehen, der oft schwer zu behandeln ist. Diese Spätfolgen können tödlich sein.

Regelmäßiger Alkoholkonsum, Rauchen, Fettleibigkeit oder weitere Krankheiten wie Aids, eine Zuckerkrankheit oder andere Hepatitis-Viren können den schädlichen Verlauf der chronischen Hepatitis B beschleunigen.

## Wie kann man sich anstecken?

Hepatitis B wird vor allem durch infiziertes Blut übertragen. Allerdings ist das Virus auch in anderen Körperflüssigkeiten wie Sperma, Vaginalflüssigkeit, Speichel und Tränen vorhanden.

Die häufigsten Übertragungswege sind Geburt (wenn die Mutter Hepatitis B hat), ungeschützter Geschlechtsverkehr und Verletzungen. Wenn die Geräte nicht richtig gereinigt werden, kann Hepatitis B auch beim Tätowieren, beim Piercing und durch ärztliche Instrumente übertragen werden.



Wenn jemand in der Familie Hepatitis B hat, sollte die gesamte Familie geimpft werden. Es sollten keine Hygieneartikel gemeinsam benutzt werden (z.B. Zahnbürsten, Rasierklingen, Nagelscheren etc.), da an diesen Blutreste kleben können. Wenn ein Partner Hepatitis B hat und man noch nicht vollständig geimpft ist, muss man auch beim Sex aufpassen. Benutzen Sie unbedingt ein Kondom. Es ist nicht klar, ob Hepatitis B auch beim Küssen übertragen werden kann. Wenn der Partner erfolgreich geimpft ist, sind diese Schutzmaßnahmen nicht mehr nötig. Beim Trinken aus der gleichen Flasche oder dem gleichen Glas und bei der Benutzung des gleichen Bestecks ist das Ansteckungsrisiko gering.

## Wie kann man sich nicht anstecken?

Nicht durch Anhusten oder Anniesen, nicht durch Händeschütteln oder Umarmen, nicht durch Essen, nicht durch Benutzen der gleichen Toilette/ des gleichen Handtuchs, solange keine blutenden Verletzungen oder Blutspuren vorliegen. Wäsche von Hepatitis-B-Patienten kann normal gewaschen werden.

## Wie läuft die Impfung ab?

Die Impfung wird dreimal durchgeführt:

1. Impfung: Tag 0
  2. Impfung: einen Monat später
  3. Impfung: sechs Monate nach der ersten Impfung
- Man kann auch ein beschleunigtes Impfschema durchführen: 0, 7 und 21 Tage.

Der Impfstoff wird künstlich hergestellt, ist gut verträglich und enthält keine lebenden Viren. Die Impfung ist bei weit über 90% aller Menschen erfolgreich. Dies sieht man daran, dass genug schützende Antikörper gebildet werden (anti-HBs). Die Impfung kann auch kombiniert gegen Hepatitis A und Hepatitis B durchgeführt werden, was eine sinnvolle Erweiterung des Schutzes auch gegenüber der Hepatitis A darstellt und den Impferfolg erhöht. Eine Impfung kostet 40–60 Euro. Die deutschen Krankenkassen übernehmen die Impfkosten u. a. für Neugeborene, Kinder, Jugendliche, Leberkranke und Angehörige von Infizierten.

## Wie kann man Hepatitis B erkennen?

Sie selbst können das Virus nicht spüren. Es gibt auch keine eindeutigen Symptome. Hepatitis B gehört nicht zu den normalen Laboruntersuchungen beim Arzt. Man kann das Virus nur entdecken, wenn man einen speziellen Bluttest macht und gezielt danach sucht. Der wichtigste Wert ist dabei das HBs-Antigen (HBsAg). Wenn dieses da ist („HBsAg positiv“), haben Sie Hepatitis B.



Verschiedene Symptome können einen Hinweis geben, dass die Leber oder die Galle krank sind. Ein Beweis für Hepatitis B sind sie aber nicht:

- ständige Müdigkeit
- Konzentrationsstörungen
- Druckgefühl im rechten Oberbauch
- Juckreiz
- lehmfarbener Stuhl und bierbrauner Urin
- Appetitverlust
- Ekel gegen bestimmte Speisen, v.a. Fleisch
- Gewichtsveränderungen
- Übelkeit und Erbrechen
- Blähbauch
- Nasenbluten und Blutergüsse
- Gelbfärbung der Haut oder Augen
- häufige Muskel- und Gelenkschmerzen
- bei Männern: weniger Körperbehaarung im Brust- oder Bauchbereich

Wenn man im Blut erhöhte Leberwerte hat, kann dies auch ein erstes Zeichen sein, dass etwas mit der Leber nicht stimmt.

## Was tun bei Hepatitis B?

Bitten Sie Ihren Arzt, Ihnen Ihre Situation zu erklären. Die wichtigste Frage ist: Beobachten oder behandeln? Manche Patienten brauchen eine Therapie, andere Patienten sollten besser damit warten.

In den ersten sechs Monaten der Infektion („akute Hepatitis B) kann das Immunsystem das Virus noch spontan ausheilen; Medikamente machen in dieser frühen Phase keinen Unterschied und verbessern nicht die Chancen einer Spontanheilung. Deshalb gibt man bei einer „akuten“ (neuen) Hepatitis-B-Infektion keine Medikamente, außer wenn die Infektion sehr schwer verläuft und ein Leberversagen droht (unter 1 %).

Wenn die Hepatitis B länger im Körper bleibt, ist sie chronisch. Bei einigen Patienten verläuft die Krankheit ruhig, bei anderen wird die Leber geschädigt. Auch wenn die chronische Hepatitis B ruhig verläuft, ist eine regelmäßige Überwachung unbedingt notwendig, da der Zustand wechseln kann und die Entwicklung von Leberkrebs möglich ist.

Heute verfügbare Medikamente können eine „aggressive“ chronische Hepatitis B in eine „friedliche“ Hepatitis B umwandeln, aber in der Regel nicht ausheilen. An besseren Therapien wird geforscht.

Selten kommt es zu einer Heilung. Dabei verschwindet das Virus aus dem Blut und hinterlässt nur Antikörper als Reaktion des Immunsystems (anti-HBc positiv, aber HBs-Antigen negativ, anti-HBs ist häufig auch positiv). Allerdings bleibt die DNA des Virus lebenslang in den Leberzellen erhalten. Bei erheblicher Immunschwäche (z.B. bei Chemotherapie, Immunsuppression oder AIDS) kann deshalb selbst eine „ausgeheilte“ Hepatitis B wieder aktiv werden und sehr schwer verlaufen; dies lässt sich aber durch eine prophylaktische antivirale Therapie verhindern.

## Heute verfügbare Medikamente gegen Hepatitis B

Zwei verschiedene Therapiearten stehen derzeit (2018) zur Auswahl: Tabletten oder Interferon-Spritzen.

**Tabletten (Nukleosid- oder Nukleotidanaloga)** werden einmal täglich eingenommen und hemmen die Vermehrung des Virus. Die Behandlung ist meist sehr gut verträglich, aber dauert viele Jahre bzw. lebenslang.

Ganz wichtig: Vergessen Sie keine Tablette, auch wenn Sie keinen Unterschied spüren! Das Hepatitis-B-Virus kann resistent werden, sodass ein Medikament nicht mehr wirkt.

Dieses Risiko ist besonders hoch, wenn man nicht regelmäßig seine Tabletten nimmt. Wird das Virus resistent, kann es sich wieder vermehren und die Leber schädigen. Deshalb ist es wichtig, die Viruslast regelmäßig während der Behandlung zu messen. Bei einer

Resistenz muss die Therapie angepasst werden, indem man ein anderes Medikament dazunimmt oder das Medikament wechselt.

**Peg-Interferon alfa** wird einmal pro Woche mit einer Spritze unter die Haut gegeben. Die Therapie regt das Immunsystem an, damit dieses die Infektion unter Kontrolle bringen kann. Die Therapie dauert meist ein Jahr. Es kann Nebenwirkungen geben wie z.B. Grippe-symptome, Depressionen und Blutbildveränderungen. Bei der in Deutschland vorliegenden Form der chronischen Hepatitis B sind die Erfolgsschancen gering, weshalb die Interferon-basierte Therapie nur selten eingesetzt wird.





## Was muss ich sonst noch beachten?

Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin, wie oft Sie sich untersuchen lassen sollen. Auch wenn Ihre Hepatitis B mild verläuft, muss sie regelmäßig überwacht werden.

In besonderen Situationen wie z. B. in der Schwangerschaft oder bei immunsuppressiven Therapien sind ggf. prophylaktische Maßnahmen notwendig, die Sie mit dem Arzt besprechen sollten.

Es gibt keine spezielle Diät für Hepatitis B.

Eine allgemein gesunde Ernährung wird jedoch empfohlen. Wichtig ist, keinen Alkohol zu trinken.

Wenn jemand mit Ihrem Blut zu tun hat, z. B. ein Arzt, sollten Sie ihn über Ihre Hepatitis B informieren.



### Deutsche Leberhilfe e. V.

Krieler Str. 100

50935 Köln

Telefon: 0221/2829980

Fax: 0221/2829981

Mail: [info@leberhilfe.org](mailto:info@leberhilfe.org)

Web: [www.leberhilfe.org](http://www.leberhilfe.org)



Herausgeber:

© 2018 Deutsche Leberhilfe e.V.



Wir danken der DAK Gesundheit für die Förderung dieses Flyers.