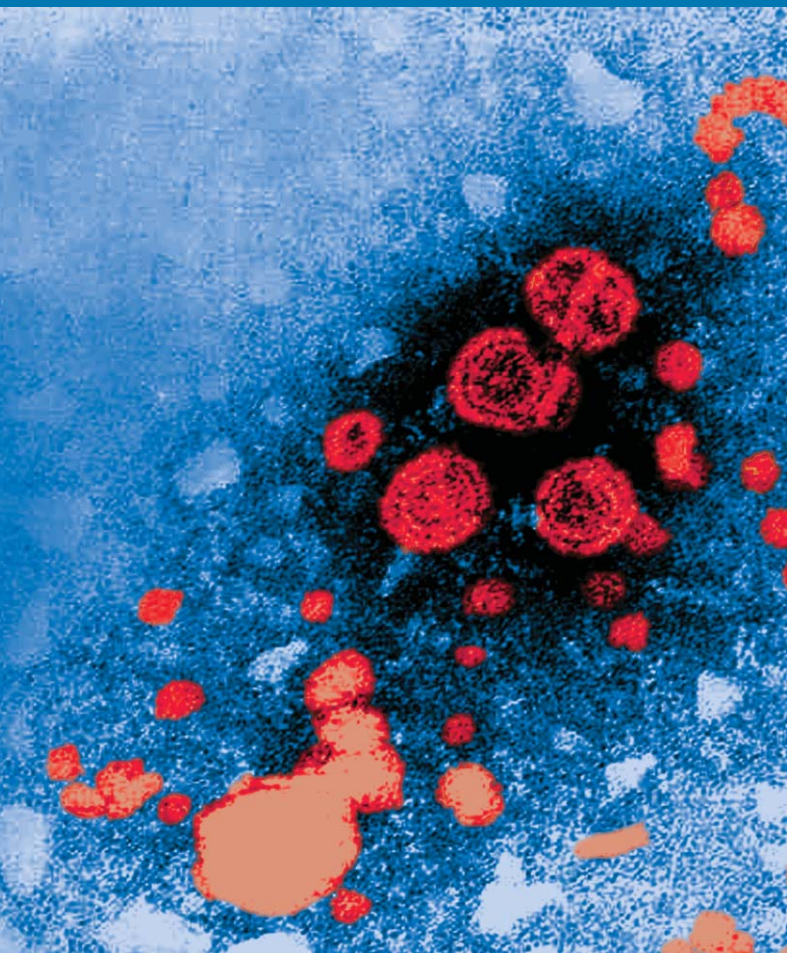


Hepatitis B

Korunma, teşhis ve tedavi



Deutsche Leberhilfe e.V.



Sayın Bayanlar ve Baylar,

Hepatit B çok yaygın bir hastalıktır: Muhtemelen iki milyar insan Hepatit B virüsünün neden olduğu bir enfeksiyona yakalanmıştır. Bundan muzdarip olanların çoğunda enfeksiyon hemen iyileşir ancak maalesef herkes bu kadar şanslı değildir: Dünya Sağlık Örgütü WHO, dünya çapında yaklaşık 480 milyon insanın Hepatit B virüsünü sürekli olarak taşıdıklarını tahmin ediyor. Kronik Hepatit B uzun vadede karaciğer sirozuna ve karaciğer kanserine neden olabilir.

İyi haber: Buna karşı bir şeyler yapmak mümkün. Sağlıklı olanlar Hepatit B'ye karşı aşı olabilirler. Zaten kronik Hepatit B hastalığına yakalanmış olan bir kişi uygun bir tedavi ile hastalığı büyük ölçüde yavaşlatabilir veya hatta durdurabilir. Yeterli uyku, sağlıklı beslenme ve alkolden uzak durma yoluyla sağlıklı bir yaşam sürmek, Hepatit B'ye rağmen vücudun formda kalmasına yardımcı olabilir.

Önemli olan, hastalığı zamanında teşhis edebilmektir. Basit bir kan testi şüpheleri teyit edebilir veya ortadan kaldıracaktır. Hepatit B hastalığına sahip insanlar, bu hastalığın tedavisi konusunda tecrübeli doktorlara danışmalıdır.

Enfeksiyon her bir kişide farklı şekilde gelişebilir. Bazı insanların tedaviye ihtiyacı yoktur, bazıları ise tedaviye hemen başlamalıdır. Eğer siz mağdursanız:

Korku iyi bir danışman değildir! Belki de Hepatit B olan başka insanlar da tanıyorsunuzdur. Belki de bu insanların durumu oldukça iyi veya oldukça kötüdür ve siz de aynı şeyleri yaşamayı bekliyorsunuzdur. Belki de fazla endişe duyuyorsunuz: "Komşum Hepatit B'den öldü. İlaç kullanmazsam ben de ölürüm." Veya kendinizi güvende sanıyorsunuz: "Arkadaşımın durumu Hepatit B'ye rağmen oldukça iyi. Bu nedenle ben de bu hastalıkla ilgili sorun yaşamayacağım." Her ikisi de tümüyle yanlış olabilir. Hepatit B eşittir Hepatit B değildir! Önemli olan sizin durumunuz ve sizin sahip olduğunuz Hepatit B'nin sizin vücudunuza ne yaptığıdır. Bu broşürün size genel bir bakış sunmasını ve hastalığınızı daha iyi anlamanızı sağlamasını ümit ediyoruz.



Prof. Rita Süßmuth

Schirmherrin der Deutschen Leberhilfe e.V.

"Hepatit" nedir?

Hepatitin çevirisi basitçe "karaciğer iltihabıdır." Bazı durumlarda bunun nedeni, başka insanlara da bulaştırılabilecek olan bir iltihaptır. Ancak başka nedenleri olan ve bulaşıcı olmayan Hepatit türleri de vardır (ör. Otoimmün Hepatit, Alkolik Hepatit veya Karaciğer Yağlanması Hepatiti).

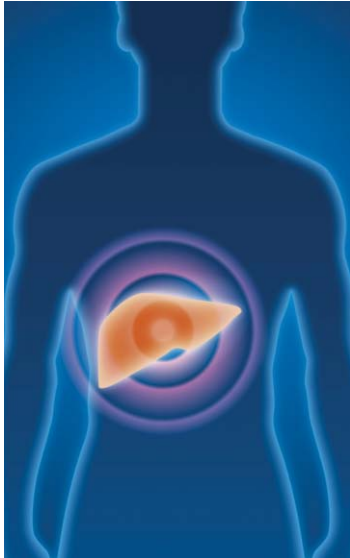
Karaciğer iltihabında karaciğer hücreleri parçalanır. Hepatit uzun yıllar sürerse siroza varan karaciğer hasarı meydana gelebilir. Karaciğerde büyük ölçüde nedbe dokusu oluşmuşsa buna "Siroz" denir.

Siroz tehlikelidir, çünkü karaciğer dolaşım ve bağışıklık sistemindeki önemli görevlerini yerine getiremez hale gelir. Bunun neticesinde iç kanama, karın boşluğunda su toplanması (assit - ascites) ve zehirli maddeler nedeniyle beyin hastalıkları gibi ciddi komplikasyonlar meydana gelebilir.

Bunun dışında karaciğer kanseri tehlikesi de artar.

Karaciğer iltihabı erken aşamada tespit edildiğinde sonuçları

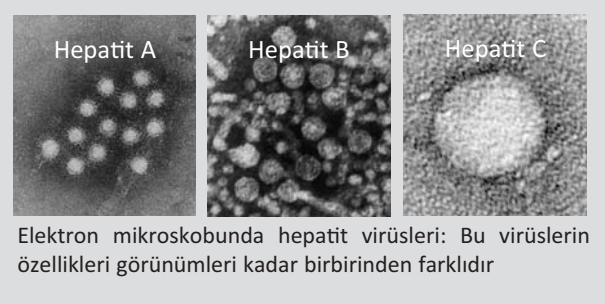
büyük ölçüde önlenir. Sirozda da tedavi olanakları halen bulunmaktadır ancak yine de çok ciddi bir bulgudur.



Karaciğerin vücuttaki konumu

Hepatit virüsleri

Virüsler, hepatitin özellikle sık görülen bir nedenidir. En önemli virüsler Hepatit A, B, C, D ve E'dir. Bu virüsler tümüyle birbirinden farklıdır. Farklı şekilde bulaşır, farklı şekilde tedavi edilir ve birbirlerine dönüşemezler. Tek ortak yönleri, karaciğer iltihabına neden olmalarıdır. Bu broşürde Hepatit B virüsünü ele alacağız; nasıl korunabileceğinizi ve zaten enfekte olmuşsanız nasıl davranmanız gerektiğini konu alacağız.



Hepatit B (HBV) nedir?

Hepatit B, Hepatit B virüsü ile enfekte olmak neticesinde tetiklenen bir karaciğer iltihabıdır. Sağlıklı bir yetişkin enfekte olduğunda Hepatit B vakaların %90-95'inde ilk altı ay içerisinde kendiliğinden iyileşir. Çocuklar, yaşlılar ve zayıf bir bağışıklık sistemine sahip olan kişilerde virüsün kendiliğinden ani iyileşmesi daha zordur.

Hepatit B bir defa iyileştikten sonra ömür boyunca

bağışıklık kazanılır. Bu insanların ilaca ihtiyaçları yoktur. Ancak yetişkinlerin %5-10'unda hastalık altı aydan uzun süre vücutta kalır. Bu noktadan sonra enfeksiyon sürekli dir, yani kroniktir. Çoğu zaman kronik Hepatit B ömür boyu kalır, daha ender durumlarda ise yıllar sonra kendiliğinden iyileşir. Kronik Hepatit B yıllar içerisinde karaciğeri yavaş yavaş yok eder. Bu nedenle kronik Hepatit B hastalarının mutlaka uzman bir doktora danışmaları gerekir.

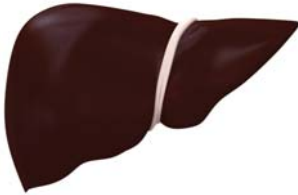
Hepatit B ne kadar tehlikelidir?

Bu, insandan insana değişir. Bazılarında bu hastalık onlarca yıl ılımlı bir şekilde devam eder, öyle ki hasta bu hastalıkla yaşlanır. Başkalarında ise bu iltihap karaciğere 5 - 50 yıl içerisinde ağır hasar verebilir ve siroza dönüşebilir (nedbe dokulu karaciğer).

Karaciğer kanseri de meydana gelebilir ve bunun tedavisi çoğu zaman çok zordur.

Geç etkileri ölümcül olabilir.

Düzenli alkol tüketimi, sigara, aşırı kilo veya AIDS veya başka hepatit virüsleri gibi başka hastalıklar, kronik Hepatit B'nin zararlı gidişatını hızlandırabilir.



Sağlıklı karaciğer



Karaciğer sirozu

Nasıl bulaşır?

Hepatit B özellikle enfekte olmuş kan ile aktarılır. Ancak virüs, sperm, vajinal sıvılar, tükürük ve gözyaşı gibi başka vücut sıvılarında da bulunur.

En sık yaşanan bulaşma şekli doğum (eğer annede Hepatit B varsa), korunmasız cinsel ilişki ve yaralanmalardır. Cihazlar doğru bir şekilde temizlenmezse Hepatit B dövme ve piercing yaptırma esnasında ve doktorun kullandığı aletlerle bulaşabilir.



Eğer aileden birinde Hepatit B varsa ailenin aşı olması gerekir. Hijyen ürünleri ortaklaşa kullanılmamalıdır (ör. diş fırçası, jilet, tırnak makası vs.), çünkü bunlarda kan artıkları kalmış olabilir. Eğer partnerlerden birinde Hepatit B varsa ve aşılar henüz tamamlanmamışsa ilişki esnasında da dikkatli olunması gerekir. Mutlaka

prezervatif kullanın. Hepatit B'nin öpüşme ile bulaşıp bulaşmadığı henüz netlik kazanmamıştır. Her iki partner de başarılı bir şekilde aşılanmışsa bu tedbirlere gerek kalmaz.

Aynı şişeden veya bardaktan içmekle veya aynı kaşık çatalın kullanılmasıyla bulaşma riski oldukça düşüktür.



Nasıl bulaşmaz?

Kanayan yaralar veya kan izleri olmadığı sürece üzerinize öksürülmesi veya hapşırılmasıyla bulaşmaz, tokalaşmak veya sarılmakla bulaşmaz, yemekle bulaşmaz, aynı tuvalet ve havlunun kullanılmasıyla bulaşmaz. Hepatit B hastalarının çamaşırları normal şekilde yıkanabilir.

Aşı nasıl yapılır?

Aşı üç defa yapılır:

1. Aşılama: 0. gün
2. Aşılama: bir ay sonra
3. Aşılama: ilk aşıdan altı ay sonra

Hızlı aşılama şeması da uygulanabilir:

0., 7. ve 21. gün.

Aşı maddesi suni olarak üretilir, vücut tarafından kolay kabul görür ve yaşayan virüsler içermez. Aşılama, insanların %90'ında başarılı olur. Bunu, yeterli miktarda koruyucu antikor oluşturulmasından anlamak mümkündür (anti HBs).

Bir aşının bedeli 40–60 Euro'dur. Alman sağlık sigortaları aşının masraflarını çocuklar, gençler, karaciğer hastaları ve enfekte olmuş kişilerin yakınları için karşılar.

Hepatit B nasıl anlaşılır?

Siz virüsü kendiniz anlayamaz ve algılayamazsınız. Kesin semptomları da yoktur. Hepatit B, doktorda yapılan normal laboratuvar testlerinde de yer almaz. Virüsü yakalamak için ancak özel bir kan testi yapılmalı ve özellikle Hepatit B aranmalıdır. Bunun en önemli göstergesi HBs antijenidir (HBsAg). Eğer bulunuyorsa ("HBsAg pozitif") sizde Hepatit B vardır.



Farklı semptomlar, karaciğer veya safra kesesinin hasta olduğunu gösterebilir. Ancak Hepatit B için kesin gösterge değildir:

- Sürekli yorgunluk
- Konsantrasyon bozukluğu
- Sağ karın üst kısmında baskı hissi
- Kaşıntı
- Balçık renginde gayta ve bira renginde (kahverengiye çalan) idrar
- İştahsızlık
- Belirli gıdalardan iğrenme, ör. et
- Kilo değişimleri
- Bulantı ve istifra
- Şişkinlik

- Burun kanaması ve morluklar
- Ciltte ve gözlerde sarılık
- Sık yaşanan kas ve eklem ağrıları
- Erkeklerde: karın ve göğüs bölgesinde daha az kılınma

Kandaki karaciğer değerlerinin yükselmesi de karaciğerde bir sorun olduğuna ilişkin ilk işaretler olabilir.

Hepatit B'ye karşı bugün elimizdeki ilaçlar

Günümüzde (2016) iki farklı tedavi türü bulunmaktadır: Haplar veya interferon iğneleri.

Haplar (nükleosit veya nükleotid analogları) günde bir defa kullanılır ve virüsün çoğalmasını baskılar. Vücut tedaviye çoğu zaman olumlu yanıt verir ancak birçok yıl sürer. Çok önemli:

Herhangi bir fark hissetmeseniz de hapları kullanmayı ihmal etmeyin!

Hepatit B virüsü direnç

kazanabilir ve böylece

hiçbir ilaç etki edemez

hale gelebilir. Haplar

düzenli olarak

alınmazsa bu risk

özellikle artar. Bu

virüs dirençli hale

gelirse yeniden

çoğalabilir ve

karaciğere hasar

verebilir. Bu nedenle

tedavi süresince virüs

yükünü düzenli olarak

takip etmek önemlidir. Direnç

oluşması durumunda ek ilaç kullanmak

veya ilacı değiştirmek suretiyle tedavinin yeni duruma uyarlanması gerekir.

Peg-Interferon alfa haftada bir defa şırınga ile deri altına verilir. Bu tedavi bağışıklık sistemini uyarır ve böylece enfeksiyonu kontrol altında tutmasını sağlar. Tedavi çoğu zaman bir yıl sürer. Ör. gribal semptomlar, depresyon ve kan tablosunda değişiklik gibi yan etkiler ortaya çıkabilir.



Başka nelere dikkat etmem gerekir?

Hangi sıklıkta muayene olmanız gerektiğini doktorunuza sorun. Hepatit B'niz sakın bir seyir izlese de yine de düzenli aralıklarla kontrol edilmesi gerekir.

Hepatit B için özel bir diyet yoktur. Ancak genel olarak sağlıklı beslenilmesi önerilir.

Alkol kullanmamak önemlidir.

Ör. bir doktor gibi kanınızla işi olan birisi varsa onu Hepatit B o l d u ğ u n u z konusunda bilgilendirin.



Daha ayrıntılı bilgilere nereden ulaşabilirim?

Deutsche Leberhilfe e.V.

Krieler Str. 100

50935 Köln

Telefon: 02 21/28 29 980

Faks: 02 21/28 29 981

E-posta: info@leberhilfe.org

Web: www.leberhilfe.org



Size Almanca ve İngilizce olarak danışmanlık verebiliriz. Maalesef Türkçe bilmiyoruz. Ancak sizin dilinize hakim olan doktor ismi verebiliriz.

Yayıncı: © 2016 Deutsche Leberhilfe e.V.