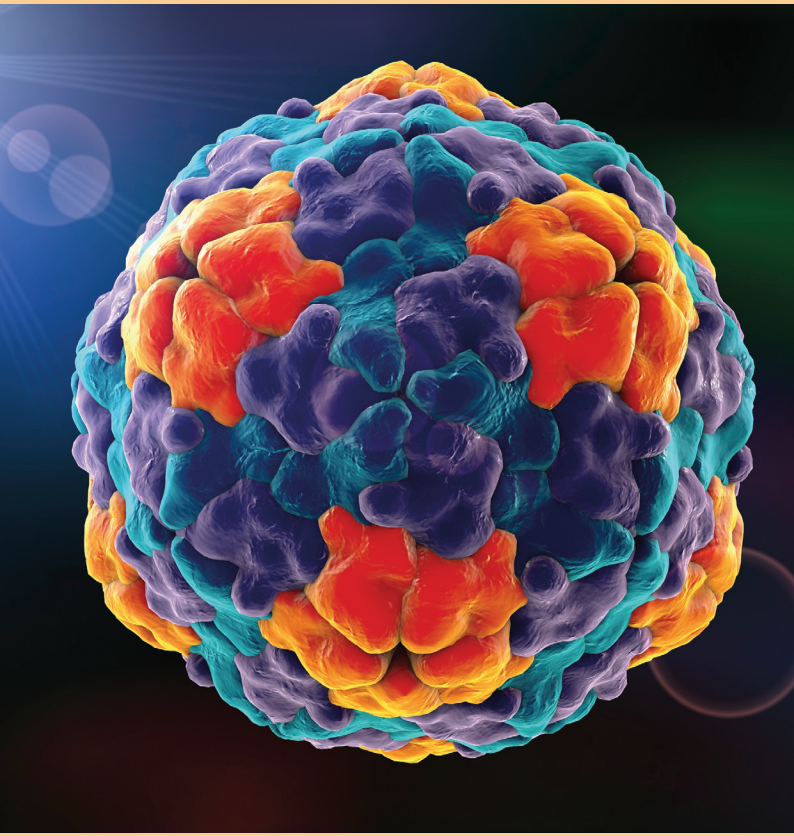
HAV

Hepatitis A

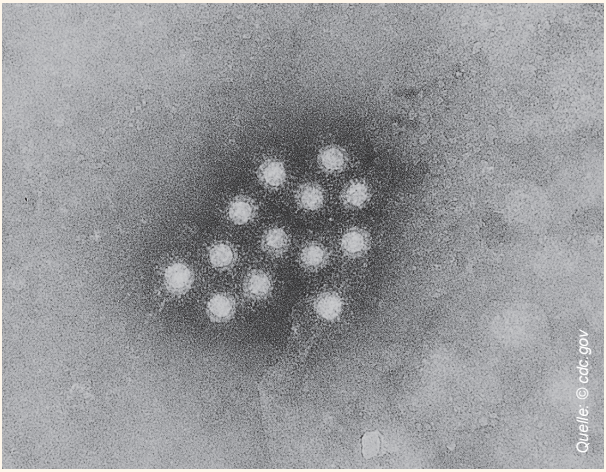
Informationsflyer



Deutsche Leberhilfe e. V.

Was ist Hepatitis A?

Hepatitis A ist eine Leberentzündung, die durch das Hepatitis-A-Virus ausgelöst wird. Hepatitis A heilt immer von selbst aus. Im Gegensatz zu anderen Hepatitisviren kennt man bei Hepatitis A keine chronischen, also dauerhaften Verläufe. Nach der Ausheilung sind Menschen in der Regel lebenslang gegen eine erneute Ansteckung immun.
Hepatitis A gilt aus diesem Grund als das harmloseste Hepatitisvirus. Allerdings kann auch Hepatitis A für Senioren und chronisch Kranke gefährlich werden. Medikamente gegen Hepatitis A gibt es nicht, eine Impfung kann aber die Infektion verhindern.



Hepatitis-A-Viren im Elektronenmikroskop

Geschichte der Hepatitis A

Das Hepatitis-A-Virus wurde im Jahr 1973 von Stephen Feinstone entdeckt und beschrieben. 1996 wurde der erste Impfstoff gegen Hepatitis A zugelassen. Der Begriff „Hepatitis A“ wurde schon lange vor der Entdeckung des verantwortlichen Erregers benutzt: Mitte der 1940er-Jahre war Hepatitis A ein allgemeiner Sammelbegriff für infektiöse Leber-

entzündungen, die durch kontaminiertes Wasser übertragen wurden. Seit der Entdeckung des Hepatitis-A-Virus wird der Begriff „Hepatitis A“ natürlich nur noch im Zusammenhang mit diesem Virus verwendet.
Mittlerweile sind fünf verschiedene Hepatitisviren – A bis E bekannt. Die hierdurch ausgelöste Leberentzündung wird dann je nach Virus ebenfalls entweder als Hepatitis A, B, C, D oder E bezeichnet.
Diese Hepatitisviren sind sehr unterschiedlich, werden anders übertragen und können sich nicht ineinander umwandeln. Man kann sich aber nacheinander oder gleichzeitig mit mehreren Hepatitisviren infizieren.

Ansteckung mit Hepatitis A

Das Hepatitis-A-Virus wird mit dem Stuhl ausgeschieden und ist sehr ansteckend. Es kann durch direkten Kontakt von Mensch zu Mensch übertragen werden, daher sind Hygiene und Händewaschen wichtig. Nase, Augen oder Mund sollte man möglichst nicht mit ungewaschenen Händen berühren; dies gilt insbesondere in Risikogebieten und nach dem Toilettengang.

Noch öfter stecken sich Menschen durch indirekte Kontakte an: Häufige Infektionsquellen sind verunreinigtes Bade- oder Trinkwasser, Muscheln, Obst oder Gemüse in wärmeren Regionen der Welt, besonders in beliebten Urlaubszielen. Für Reisen in diese Länder gilt: „cook it, boil it, peel it or forget it“, also nur gekochte oder durchgebratene Lebensmittel und geschältes Obst sind sicher. Auch Wasser soll in gefährdeten Ländern nur aus zuvor verschlossenen Flaschen benutzt werden. Eine sexuelle Übertragung von Hepatitis A ist möglich und wurde in der Homosexuellenszene häufiger beobachtet.

Schutzimpfung gegen Hepatitis A

Eine Impfung gegen Hepatitis A kann sicher vor einer Infektion schützen. Die Impfung ist ein Totimpfstoff und enthält keine aktiven Viren. Sprich: Man wird durch die Impfung *nicht* angesteckt, auch nicht in abgeschwächter Form.
Die Hepatitis-A-Impfung wird als Spritze in den Oberarmmuskel verabreicht. Wenn die Impfung als Einzelimpfstoff erfolgt, geschieht dies zweimal im Abstand von mindestens sechs Monaten.
Es gibt auch einen Kombinationsimpfstoff gegen Hepatitis A und B, welcher dreimal verabreicht wird: Die zweite Impfung erfolgt einen Monat nach der ersten Impfdosis. Die dritte Impfung erfolgt ca. fünf Monate später, also ein halbes Jahr nach der ersten Dosis. Besonders empfohlen ist die Impfung für Leber-

kranke, Homosexuelle, Menschen mit häufigem Bedarf an Blutprodukten, Bewohner und Personal in psychiatrischen und anderen Einrichtungen, medizinisches und Reinigungspersonal, Kanalarbeiter, Rettungsdienste, in Küchen und bei Essenszubereitung Tätige sowie Reisende in Risikogebiete.

Diagnose der Hepatitis A

In der Regel reicht es für die Hepatitis-A-Diagnose, zwei Laborwerte im Blut zu überprüfen:

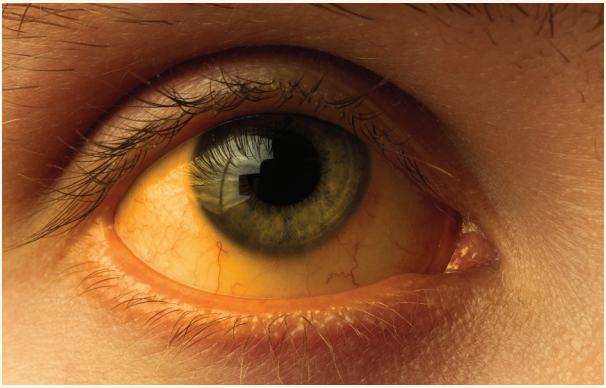
- den Antikörper **HAV-IgM**, welcher kurz nach der Infektion positiv ist und
- der Antikörper **HAV-IgG**, welcher später im Verlauf positiv wird und auch nach der Heilung bestehen bleibt.

Antikörper sind eine Immunreaktion auf das Virus. Andere Laborwerte zu überprüfen, ist meist nicht nötig. Nur falls der Verdacht besteht, dass die Infektion erst vor Kurzem stattgefunden hat, kann auch noch das **HAV-Antigen** im Stuhl untersucht werden, da dieses noch früher als die Antikörper positiv wird.

Bei einer akuten Hepatitis-A-Infektion steigen häufig auch die Leberwerte GOT (AST) und GPT (ALT) an. Dies ist ein indirekter Hinweis auf eine Leberentzündung.

Verlauf der Hepatitis A

Die Inkubationszeit, also die Zeit zwischen Infektion und Ausbruch der Hepatitis A, beträgt meist ca. einen Monat (25 bis 30 Tage). Einige Betroffene werden schon nach zwei Wochen oder erst spät nach bis zu 50 Tagen mit Symptomen auffällig.
Tückischerweise sind Betroffene oft schon zwei Wochen vor und zwei Wochen nach Auftreten der ersten Symptome ansteckend.
Viele Menschen mit Hepatitis A spüren die Infektion nicht. Insbesondere bei Kindern ist der Verlauf meist sehr mild und unauffällig.
Möglich ist aber auch eine Reihe von Symptomen: Hierzu gehören Magen-Darm-Beschwerden, Übel-



keit, erhöhte Temperatur, Hautjucken oder Ausschläge, Druckgefühl im rechten Oberbauch und allgemeines Krankheitsgefühl. Der Urin kann sich dunkelgelb bzw. bierbraun verfärben, während der Stuhl eher entfärbt ist. Ein mögliches Hepatitis-typisches Symptom ist eine Gelbsucht (Ikterus), wenn das Bilirubin im Blut ansteigt. Hierbei färbt sich das Augenweiß und mitunter auch die Haut gelb. Diese Phase kann einige Tage dauern, selten einige Wochen. Anschließend beginnt die Genesung, welche zwei bis vier Wochen dauern kann.
Da Hepatitis A nicht chronisch wird, ist dies für die meisten Betroffenen nur eine vorübergehende Erkrankung mit unangenehmen Symptomen. Nach der Ausheilung besteht lebenslange Immunität. In

einem von zehn Fällen kann die Krankheit länger, über einige Monate andauern.
Komplikationen der Hepatitis A sind bei Gesunden sehr selten. In einem von 1.000 bis 10.000 Fällen kommt es zu einer so schweren Leberentzündung, dass die Leber versagen kann und Lebensgefahr besteht. Menschen mit vorbestehender Leberkrankheit, Diabetes oder im Seniorenalter sind vermehrt durch schwere Verläufe der Hepatitis A gefährdet. Hier ist es besonders wichtig, diese Betroffenen durch eine Impfung zu schützen.
Hepatitis A ist über Nahrung, Kot und schlechte Händehygiene sehr ansteckend. Soweit möglich, sollten Infizierte eine eigene Toilette benutzen und danach gründlich mit Seife die Hände waschen. Oberflächen, die mit virushaltigem Material verschmutzt sind, sollten mit einem handelsüblichen Reiniger desinfiziert werden.
Infizierte dürfen bis zur Ausheilung kein Essen und keine Getränke für andere zubereiten und keine Tätigkeiten mit direktem Menschenkontakt in Gemeinschaftseinrichtungen ausführen (z. B. als Betreuer, Erzieher, Aufsichtsführer). Menschen, die in Gemeinschaftseinrichtungen betreut werden, dürfen bis zur Ausheilung keine Gemeinschaftsräume betreten (z. B. Klassenzimmer, Versammlungsräume, Kantine) und nicht die Küche bzw. Toiletten der Gemeinschaftseinrichtung nutzen. Dies gilt, bis ein Arzt die Ausheilung bescheinigt.

Es gibt keine Hepatitis-A-Therapie

Es gibt keine speziellen Medikamente gegen Hepatitis A. Symptome wie Fieber oder Übelkeit können aber mit Medikamenten behandelt werden. Lebertoxische Arzneimittel sollten möglichst gemieden werden, ebenso wie Alkohol. Bettruhe ist nicht vorgeschrieben, kann aber bei Müdigkeit und starken Symptomen helfen. Es gibt keine spezielle Hepatitis-A-Diät. Fettarme und kohlenhydratreiche Ernährung wird mitunter besser während der Infektion vertragen, soweit Appetit besteht.

Wohin kann ich mich wenden?

Solange Sie keine schweren Symptome haben, reicht es in der Regel, sich zu schonen und der Infektion ihren Lauf zu lassen – in der Erwartung, dass das Immunsystem diese innerhalb weniger Wochen oder Monate von selbst ausheilt.
Meiden Sie Alkohol und andere die Leber belastende Substanzen, gönnen Sie sich Ruhepausen und lassen Sie die Infektion durch Blutuntersuchungen in Ihrer Hausarztpraxis überwachen.
Bei schweren Symptomen suchen Sie Rat in einer Fachpraxis für Gastroenterologie/Hepatologie oder in der Leberambulanz einer Klinik.
Eine sofortige Klinikeinweisung ist nur in Ausnahmefällen notwendig, wenn Symptome eines akuten Leberversagens wie z. B. Hirnstörungen oder Wasserbauch auftreten.
Für die meisten Betroffenen ist Hepatitis A jedoch eine Infektion, die ohne dauerhafte Folgen von selbst vorübergeht und keine zusätzlichen Maßnahmen erfordert.

Deutsche Leberhilfe e. V.
Krieler Str. 100
50935 Köln
Telefon: 0221/2829980
Fax: 0221/2829981
Mail: info@leberhilfe.org
Web: www.leberhilfe.org

Herausgeber:
© 2022 Deutsche Leberhilfe e.V.
Redaktion: Ingo van Thiel
Beratung: PD Dr. med. Anton Gillessen

Wir danken der DAK Gesundheit für die Förderung dieses Flyers.