

- Ja jums attīstās hroniska B hepatīta infekcija, palūdziet jaunajam seksa partnerim vai jaunajiem cilvēkiem, kas ar jums dzīvo kopā, veikt analīzes un vakcinēties.
- Ja esat stāvoklī, mazulim ir nepieciešams saņemt vakcīnu un B hepatīta imūnglobulīnu drīz pēc dzimšanas.
- Ja kāds nonāk kontaktā ar jūsu asinīm, viņus var pasargāt no B hepatīta, ja tiek saņemta tūlītēja ārstēšana. Viņiem ir jānododas pie sava ārsta vai uz neatliekamās palīdzības nodaļu un jāsaņem, ka viņi ir nonākuši kontaktā ar B hepatītu. Viņi saņems B hepatīta imūnglobulīna injekciju un uzsāks B hepatīta vakcīnu kursu.
- Pasakiet savam ārstam un zobārstam par to, ka jums ir B hepatīts.

Kā es varu pasargāt savu mazuli no B hepatīta, ja esmu stāvoklī?

Ja esat stāvoklī, jūsu mazulim ir risks no jums iegūt B hepatītu dzemdību laikā vai īsu brīdi pēc tam. To var novērst.

- Jūsu mazulim ir jāsaņem B hepatīta imūnglobulīna injekcija un B hepatīta vakcīnu pirmā deva drīz pēc dzimšanas.
- Pārliecinieties, ka jūsu bērns norādītajā laikā izpilda B hepatīta vakcīnu kursu. Pēc B hepatīta vakcīnu kursa pabeigšanas ir jāveic asins analīzes, lai pārliecinātos, ka ir nodrošināta aizsardzība.

Šādi jūs neizplatāt B hepatītu:

- Šķaudot vai klepojot
- Skūpstoties vai apskaujoties
- Barojot bērnu ar krūti
- Ar ēdienu vai ūdeni
- Daloties ar traukiem vai glāzēm
- Ikdienas kontaktā (piemēram, darbā)

Atcerieties:

Palūdziet apkārtējiem vakcinēties.

Seksa laikā izmantojiet prezervatīvu, lai pasargātu sevi un partneri.



Kur es varu uzzināt vairāk?

Šeit jūs varat iegūt noderīgu informāciju par B hepatītu:

- No jūsu ģimenes ārsta
- HSE vietējā sabiedrības veselības nodaļā

Jūs varat iegūt papildu informāciju un bukletus par B hepatītu šādās vietnēs:

- www.hpsc.ie
- www.cdc.gov/hepatitis/hbv
- www.who.int
- www.immunisation.ie
- www.emitoolkit.ie



Datums: April 2017

Autori: Hepatitis Working Group of the Public Health Medicine Communicable Disease Group, Departments of Public Health and Health Protection Surveillance Centre, Health Service Executive.

B hepatīts

Kas jums ir jāzina, ja jums ir diagnosticēts hronisks B hepatīts



Kas ir B hepatīts?

B hepatīts ir vīruss, kas ietekmē aknas un kas jūs var padarīt smagi slimu. Var paiet sešas nedēļas līdz sešiem mēnešiem no inficēšanās brīža līdz parādās simptomi. Šo slimības posmu sauc par akūtu B hepatītu. Dažiem cilvēkiem ar akūtu B hepatītu neparādās nekādi simptomi. Ja jums parādās simptomi, tie var iekļaut drudzi, sliktu dūšu, nogurumu, piepūtušos vēderu, sāpes, dzelti (dzeltenu ādu un acis) un tumšu urīnu.

Vairums cilvēku pilnībā izārstējas no akūta B hepatīta, bet tas var aizņemt līdz sešiem mēnešiem vai pat ilgāk.

Daži cilvēki var justies labi, bet turpināt pārnēsāt vīrusu asinīs. To sauc par hronisku B hepatītu.

Retos gadījumos cilvēki smagi saslimst un cieš no aknu mazspējas vai no ilgtermiņa aknu problēmām.

Kas ir hronisks B hepatīts?

Daži cilvēki nekad netiek vaļā no vīrusa. Jūs varat palikt inficēts uz mūžu un izplatīt B hepatītu starp citiem cilvēkiem. To sauc par hronisku B hepatīta infekciju un ar to inficētie cilvēki var inficēt citus.

Jūs varat justies vesels visu mūžu un nesajust aknu bojājumus. Daži cilvēki saskaras ar nopietnākām aknu slimībām, piemēram, aknu cirozi, aknu mazspēju vai vēzi. Ja jums ir B hepatīts, jūs varat saslimt arī ar citiem hepatītiem, piemēram, A un C.

Vai B hepatītu var izārstēt?

Jūsu ārstam jūs ir jānosūta pie speciālista, lai pārbaudītu, vai jums nav aknu slimības un lai noskaidrotu, vai jums var palīdzēt medikamenti.

Kā es varu parūpēties par manām aknām?

Ir svarīgi, ka jūs par sevi rūpējaties.

- Nelietojiet alkoholu. Alkohols var bojāt jūsu aknas.
- Ja jums ir hroniska B hepatīta infekcija, Jūsu ārstam jūs ir jānosūta pie speciālista, lai pārbaudītu, vai jums nav aknu slimības un lai noskaidrotu, vai jums var palīdzēt medikamenti.

- Regulāri apmeklējiet ārstu.
- Pirms jaunu, bezrecepšu medikamentu un herbālo līdzekļu lietošanas konsultējieties ar ārstu.
- Veiciet C hepatīta analīzes.
- Vakcinējieties pret A hepatītu, ja vien jau neesat imūns.
- Katru gadu vakcinējieties pret gripu.

Kā es inficējos ar B hepatītu?

Inficēšanās ar B hepatītu notiek kontaktā ar inficētas personas asinīm vai ķermeņa šķidrumiem. Jūs varat inficēties ar B hepatītu, ja:

- Esat nodarbojies ar seksu ar B hepatīta inficētu personu
- Injicējot narkotikas, daloties ar adatām un citu aprīkojumu.
- Lietojat nesterilizētas adatas pīrsingiņiem, tetovējumiem, akupunktūrai, elektrolīzei, vai, ja esat saņēmis injekciju ar lietotu adatu.
- Dalāties ar skuvekļiem, zobu birstēm, roku dvieļiem, dvieļiem, nagu knaiblēm vai ar jebko uz kā var būt asinis vai citi šķidrumi.
- Nonākat kontaktā ar inficētas personas asiņojošu pušumu vai iegriezumu.
- Esat medicīnas darbinieks vai cita persona, kas saskaras ar inficētām asinīm vai ķermeņa šķidrumiem.
- Esat bērns cilvēkam, kas ir inficēts ar hronisku B hepatītu.

Dažos gadījumos infekcijas avots nav nosakāms.

Vai es varu izplatīt B hepatītu starp citiem cilvēkiem?

B hepatīta vakcīna ir droša un efektīva. Jūsu partneris, ģimene vai personas, kas ar jums dzīvo kopā, var sevi aizsargāt ar vakcināciju. Vakcināciju parasti veic ģimenes ārsts trīs daļās – pirmajā vizītē, pēc mēneša un sešus mēnešus pēc pirmās injekcijas.

Dažkārt vakcinācijas tiek veiktas agrāk.

Dažkārt ir nepieciešamas papildu vakcinācijas, lai iegūtu aizsardzību. Ļoti retos gadījumos vakcinācija neiedarbojas un aizsardzība netiek nodrošināta.

Vai vakcīna pret B hepatītu ir droša?

B hepatīta vakcīna ir droša un efektīva. Jūsu partneris, ģimene vai personas, kas ar jums dzīvo kopā, var sevi aizsargāt ar vakcināciju.

Vakcināciju parasti veic ģimenes ārsts trīs daļās – pirmajā vizītē, pēc mēneša un sešus mēnešus pēc pirmās injekcijas. Dažkārt vakcinācijas tiek veiktas agrāk.

Dažkārt ir nepieciešamas papildu vakcinācijas, lai iegūtu aizsardzību. Ļoti retos gadījumos vakcinācija neiedarbojas un aizsardzība netiek nodrošināta.

Kā es varu pasargāt citus no inficēšanās ar B hepatītu?

Šādi jūs varat pasargāt citus:

- Aizsedziet jebkurus iegriezumus un atvērtas brūces ar plāksteri vai apsēju.
- Pēc pieskaršanās asinīm vai ķermeņa šķidrumiem kārtīgi nomazgājiet rokas.
- Pirms izmešanas atkritumu kastē salvetes (vai citus produktus), kas satur asinis vai citus ķermeņa šķidrumus, vispirms ielieciet maisiņā.
- Notīriet asins traipus. Pēc tam vietu nomazgājiet ar balinātāju (viena daļa balinātāja pret 10 daļām ūdens).
- Nedalieties ar zobu birstēm, adatām, nagu vilītēm, nagu knaiblēm, nagu šķērītēm, roku dvieļiem un dvieļiem.
- Ja injicējat narkotikas, pārtrauciet to darīt vai iesaistieties rehabilitācijas programmā. Nekad nedalieties ar narkotikām, adatām, šļircēm, vati, ūdeni vai plastmasas glāzītēm.
- Neziņojiet asinis, plazmu, orgānus, audus vai spermu.
- Jūsu seksa partnerim ir risks no jums inficēties ar B hepatītu. Pasakiet jūsu seksa partnerim, ka esat inficēts ar B hepatītu. Partnerim ir jānododas pie ārsta, lai veiktu asins analīzes un noskaidrotu, vai ir notikusi inficēšanās. Ja inficēšanās nav notikusi, ir jāvakcinējas. Izmantojiet prezervatīvus, līdz jūsu partneris nebūs pilnībā aizsargāts.
- Citi cilvēki, kas dzīvo ar jums kopā, ir pakļauti riskam. Palūdziet ikvienam, kas ar jums dzīvo kopā, doties pie ārsta un veikt asins analīzes un vakcināciju.