

KUMMAL ON C-HEPATIIDI VIIRUS? ×



EESTIS ON HINNANGULISELT
20 000 VIIRUSEKANDJAT



KIIRKÜSIMUSTIK

Kas kuulud C-hepatiidi riskirühma?

- Kas sulle on tehtud vereülekanne enne 1994. aastat?
 - Kas sulle on tehtud üldanesteesias operatsioone?
 - Kas oled kokku puutunud teise inimese verega?
 - Kas sul on või on olnud kõrgenenud maksafunktsiooni näitajaid?
 - Kas oled lasknud end tätoverida või augustada?
 - Kas oled kas või üks kord jaganud süstalt mõne teise inimesega?
 - Kas oled saanud nõelravi?
 - Kas oled olnud kaitsmata vahekorras?
 - Kas oled viibinud kinnipidamisasutuses?
-
- Kui vastad kas või ühele neist küsimustest jaatavalt, soovitame sul teha C-hepatiidi viiruse testi.

MIS HAIGUS ON HEPATIIT?

Hepatiit on maksapõletik, mida võivad põhjustada hepatiidiviirused, aga ka toksilised ained, ravimid, maksa ladestunud rasv jne. Hepatiiti põhjustava viiruse tüübi järgi eristatakse A-, B-, C-, D- ja E-hepatiiti. Neist enim levinud on A-, B- ja C-viirushepatiit.

A - hepatiit

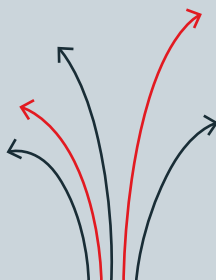
B - hepatiit

C - hepatiit

D - hepatiit

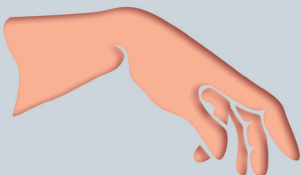
E - hepatiit

enim
levinud

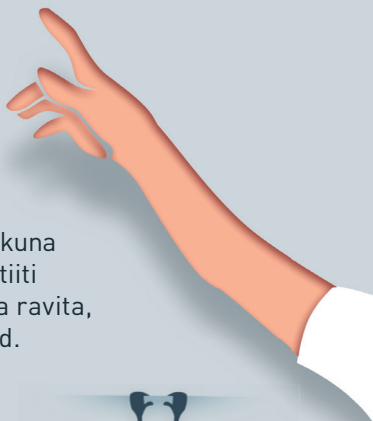


Kõiki neid viirushepatiite seob üks sarnane omadus ja see on maksakoe kahjustumine, kuid nad erinevad üksteisest levikutee poolest.

A-hepatiit



A-hepatiidi viirus on nn mustade käte haigus, sest **viirus eritub organismist roojaga ning kandub edasi otsese kontakti, pesemata käte, saastunud vee ja toiduga.**



A-hepatiidi viirus on üsna vastupidav ja säilib väliskeskkonnas nakkusohtlikuna päevi. Peaaegu kõik A-hepatiiti haigestunud paranevad ilma ravita, kuid selleks võib kuluda kuid.

A-hepatiiti nakatumist on võimalik ära hoida vaksineerimisega.



B-hepatiit

B-hepatiit levib peamiselt sugulisel teel, kuid ka vere kaudu ja emalt lapsele sünnitusel. Kuivanud veretilgas võib viirus püsida nädalaid nakkusohtlikuna. B-hepatiidi viiruse esimesed haigussümptomid võivad olla palavik, iiveldus, väsimus, peavalu, kogu keha sügelus, kollased silmavalged, tume uriin, hele väljaheide, kõhuvalu. Osal nakatunutel võib haigus kulgeda ilma igasuguste sümptomiteta.



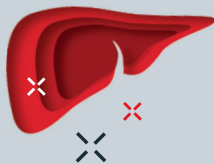
Organismi sattumise korral jääb viirus maksarakku püsima ning inimene vajab kogu elu meditsiinilist jälgimist. Raviga saab viiruse paljunemist takistada, kuid viirusest ei ole võimalik vabaneda.



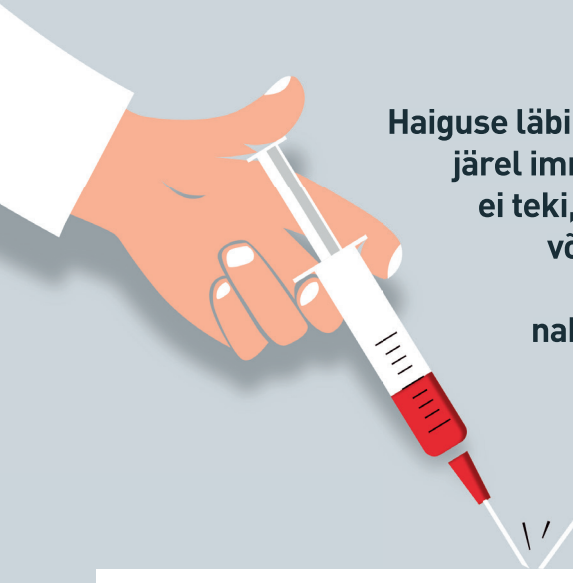
B-hepatiiti on võimalik vältida vaktsineerimisega.

C-hepatiit

C-hepatiit on C-hepatiidi viiruse poolt põhjustatud maksapõletik.



Levib peamiselt kokkupuutel nakatunud verrega, kuid viirust võib leida ka teistes haige inimese kehavedelikes, nagu süljes, spermas.



Haiguse läbipõdemise järel immuunsust ei teki, seega on võimalik ka korduv nakatumine.

C-hepatiidi vastu vaktsiini ei ole,
aga haigus on ravitav.

Viirushepatiitide erinevused

		Levikuteed
A - hepatiit	+ Vaktsiin on - Ravi - sümptomaatiline	Pesemata käed, saastunud toit ja vesi
B - hepatiit	+ Vaktsiin on - Viirus ei ole väljaravitav	Peamiselt sugulisel teel ja verega, emalt lapsele sünnitusel
C - hepatiit	- Vaktsiin puudub + Ravitav	Verega, sugulisel teel ja emalt lapsele sünnitusel

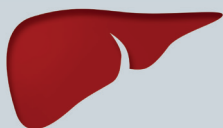
Mis on maksa ülesanne?

Maks on organismi töö jaoks kriitilise tähtsusega. Tal on mitu ülesannet: maks on filter, mis eemaldab organismist ohtlikud mürgained; ladu, kus hoitakse energiat glükogeeni kujul; tehas, kus toodetakse sappi, mis aitab toitu seedida. **Kui maks korralikult ei tööta, ei saa keha normaalselt funktsioneerida.**



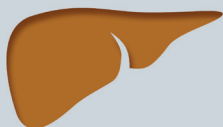
Milline on maksahaiguse kulg C-hepatiidi korral?

C-hepatiidi viiruse poolt põhjustatud maksakoe kahjustus areneb aeglaselt, 10–30 aasta jooksul.



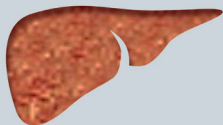
Terve maks

Muutuste ulatuse järgi eristatakse kolme staadiumi:



Krooniline hepatiit

Fibroos –
maks
armistumine



**20–25 aastat
Tsirroos**

Tsirroos –
armistumine
laieneb ja
levib üle kogu
maks



**25–30 aastat
Väga raske
maksakahjus-
tuse lõppfaas**

**Maksarakk-
kasvaja (koos
tsirroosiga)** –
kõige levinum
maksavähi tüüp

Mis kiirendab maksahaiguse kulgu?

- ✓ meessugu
- ✓ nakatumine vanemas eas
- ✓ alkoholi tarbimine üle 20 g päevas (ca 600 ml õlut)
- ✓ rasvane toit
- ✓ suitsetamine
- ✓ ülekaalulisus
- ✓ C-hepatiidi nakkuse esinemine koos HIV- või B-hepatiidi nakkusega
- ✓ kaasuvad haigused ja ravimid



Kui pikk on C-hepatiidi peiteaeg?

2–24 nädalat

80%-l nakatunutest sümptomid ei ilmne, mistõttu jääb haigus diagnoosimata ja paljud ei tea oma nakatumisest.

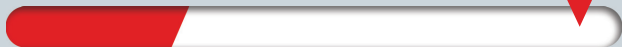
Millised võivad olla C-hepatiidi sümptomid?

Võib esineda **väsimus, iiveldus, palavik, isutus, valu paremal roidekaare all.**



Spetsiifilist nahakollasust esineb vähestel. Varajases etapis paraneb ligikaudu üks inimene neljast ilma ravita. Iseeneslik tervenemine toimub tavaliselt esimese kuue kuu jooksul. Kui organism pole selle aja jooksul C-hepatiidi viirusest vabanenud, läheb haigus üle krooniliseks. See juhtub enamiku (75–85%) C-hepatiiti nakatunud inimestega.

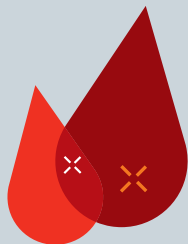
Haiguse alguses on viirusel maksale suhteliselt nõrk mõju, kuid see hakkab aastatega süvenema.



Viiruskahjustus progresseerub krooniliseks C-hepatiidiks ilma, et aastakümnete jooksul mingeid sümptomeid ilmneks. Nakkuse korral võib maksatsirroosi või maksavähi tekkimiseni kuluda 25–30 aastat.



Kuidas C-hepatiidi viirus levib?

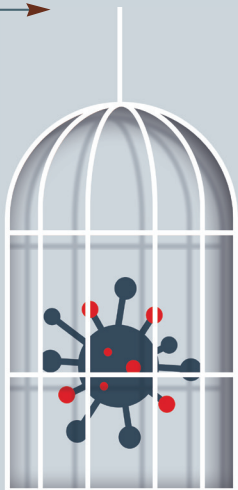


Kokkupuutel haige inimese verega:

- enne 1994. aastat, kui doonoriverest ei teatud C-hepatiidi viirust otsida, levis viirus vere- või verekomponentide ülekandega
- narkootikumi süstimisel ühiskasutatavate nõelte ja süstaldega
- ninakaudse narkootikumi kasutamisel, st ninna tõmbamise vahendi jagamisel
- tervishoiuasutuses ebapiisavalt steriliseeritud instrumentidega tehtavatel protseduuridel (sh hambaravi)
- tätoveerimisel, kui ei kasutata ühekordseid nõelu ega tindinõusid
- keha needistamisel ja augustamisel
- manikööri ja pedikööri tegemisel
- nõelravil
- nakatunud emalt vastsündinule
- sugulisel teel, kui seksitakse kaitsevahendita
- vesipiibu huuliku jagamisel teis(t)e viiruskandja(te)ga, kellel on veritsevad igemed või suuhaavandid



Mida teha, et ma haigena teisi viirusega ei nakataks?



C-hepatiit ei levi kätlemisel, joogiklaaside jagamisel, köhimisel ega aevastamisel.

Tavaliselt ei levi viirus ka suudlemisel, v.a juhul, kui osalistel on huule- või suuhaavandid või veritsevad igemed.

Viirust kandva ema rinnapiimas viirust ei ole, seega tohib ema pärast sünnitust oma last imetada.

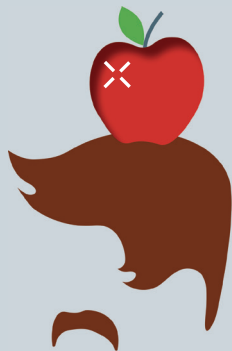
Kui kaua püsib C-hepatiidi viirus toatemperatuuril kehast väljaspool elus?

Ka täielikult kuivanud veres kuni kolm nädalat.

Kes kuuluvad C-hepatiidi nakatumise riskirühma?



- enne 1994. aastat vereülekande saanud
- kroonilise C-hepatiidi haige pereliikmed ja muud lähikontaktid
- vere ja muude kehavedelikega kokku puutuvad tervishoiu- ja hoolekandetöötajad, politseinikud
- C-hepatiidi viirusega nakatunud ema vastsündinu
- kaitsmata seksuaalvahekorda praktiseerivad inimesed
- HIV- või B-hepatiidi nakkusega isikud
- süstivad narkomaanid
- geimehed



C-hepatiiti haigestutakse kõikides vanuserühmades. **Mehed haigestuvad veidi sagedamini vanuses üle 30 ja naised üle 50 eluaasta.**

Kui palju on viirusekandjaid?

C-hepatiidi viirus avastati 1989. aastal. Maailma Terviseorganisatsiooni andmeil elab praegu maailmas üle 71 miljoni inimese, kellel on krooniline C-hepatiit.



71 mln

Igal aastal nakatub
3–4 miljonit uut inimest.
Euroopas sureb aastas
maksatsirroosi tõttu
ca 170 000 ja maksavähki
ca 50 000 inimest.

Eestis on

ca 20 000

inimest, kel pole aimugi, et nad
on C-hepatiidi viirusega nakatunud.

Kuidas vältida C-hepatiiti nakatumist?

Hoidu alati **võõraste hügieenitarvete**, eeskätt hambaharjade, raseerimisvahendite, maniküüritarvete jm kasutamisest.

Ära jaga kunagi teistega **süstlaid ega nõelu**.

Hoidu tätoveerimisest ja augustamisest **litsentsimata salongides**.

Kasuta juhuslike **seksuaalsuhete korral** kondoomi.

Kui puutud **oma töös** kokku vere või teiste kehavedelikega (oled tervishoiu-, hoolekande-, päästetöötaja, politseinik, vanglaametnik vms), **kasuta isikukaitsevahendeid** (kummikindaid ja maski).

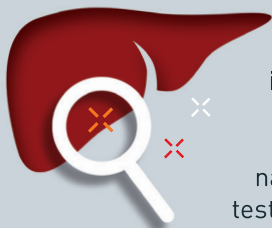


Kuigi C-hepatiit on maksa viirus, kas see ohustab ka teisi elundeid?

C-hepatiidi viirus võib peale maksa kahjustada ka muid elundeid, sagedamini veresooni, nahka, neere, süljenäärmeid, silmi ja kilpnääret. C-hepatiidi viirus võib põhjustada ka diabeeti, neerupuudulikkust ja B-rakkude mitte-Hodgkini lümfoomi.



Kas on vaja ennast testida?



On väga tähtis oma tervist regulaarselt kontrollida. **Soovituslikult peaks iga inimene vähemalt ühe korra elu jooksul testima ennast C-hepatiidi viiruse suhtes**, nakatumise riski korral tuleks testida olenevalt vajadusest. Kui saad testimisel negatiivse vastuse, on kõik hästi. Kui vastus on positiivne, tuleb teha lisauuringud ja võimalikult kiiresti ravima asuda.

„Köhaga arsti juurde pöördudes
sain teada, et juba kümneid
aastaid on mu maksa kallal
hävitustööd teinud C-hepatiit.”

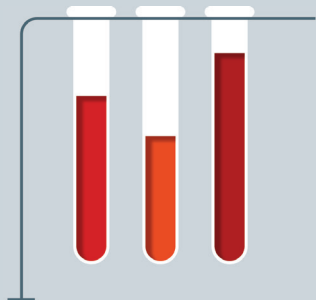
„Pärast pikka võitlust seljatasin
haiguse ning elurõõm ja
energia on tasapisi
tagasi tulnud.”

Jaan Elgula
muusik



Kuidas haigust diagnoositakse?

C-hepatiidi viirust on organismis võimalik kindlaks teha inimese verd uurides. Sõeluuringu käigus otsitakse verest C-hepatiidi viiruse antikehi.



Antikeha olemasolu veres näitab, et elu jooksul on inimesel olnud kokkupuude C-hepatiidi viirusega. Antikehad jäävad püsima terveks eluks. Positiivse antikehatesti järel tehakse lisauuringud ja määratakse juba otseselt viiruse olemasolu veres.

C-hepatiiti saab diagnoosida ainult C-hepatiidi viirust tuvastava testi positiivse tulemuse korral.

Kus saab end C-hepatiidi suhtes testida?

 Perekarsti juures

 SYNLAB-i verevõtukohtades üle Eesti (tasuline)

 **17123**

Klienditugi vastab
E-R 8.00–18.00

Lisainfo

www.synlab.ee

„Kandsin topeltkindaid ja tühjendasin kiirustades prügikasti sisu. Äkki torkas mind prügi sees peitunud süstal sügavale peopessa.”

„Analüüsi tulemused näitasid kuu aja pärast, et olen nakatunud C-hepatiiti. Aasta hiljem olin tänu ravile haigusest täielikult paranenud.”

Nadežda B.
puhastusteenindaja



Millised on ravivõimalused, kui minu test osutub positiivseks?

Kui sul on diagnoositud C-hepatiit, ära heida meelt, sest see haigus on isegi aastaid kestnud kroonilise nakkuse järel ravitav. Mine kohe perearsti juurde.



Ravi määramisel lähtutakse maksakahjustuse ulatusest. Täpse ravikava otsustab gastroenteroloog ehk mao- ja sooltearst või infektionist ehk nakkushaiguste arst. **Ravi eesmärk on viirus organismis täielikult hävitada**, st saavutada, et 12 nädalat pärast ravi lõppu ei oleks organismis enam viirust.

Kas igaühel on võimalik haigusest paraneda?

Tänapäeval on võimalik terveks ravida üle **95%** C-hepatiiti põdevatest inimestest.

„20 aastat pärast tütre ilmaletoomist hakkasin maksa piirkonnas tundma valusid. Uuringute käigus avastati mul C-hepatiit, mille olin tõenäoliselt saanud 1984. aastal, kui pärast tütre sündi vajasin vereülekannet.”

„Paraku ei õnnestunud mul kahel esimesel katsel haigusest terveneda. Aastaid hiljem sain tänu meditsiini arengule siiski viirusest täielikult võitu!”

Anniki T.



Kui peres on leitud kas
või üks inimene, kel on
C-hepatiit, tuleb üle
kontrollida kõik
pereliikmed!



C-hepatiidi viirusest tervenedes vältige uuesti nakatumist, sest haiguse põdemine ei anna selle kordumise vastu immuunsust!



Kasutatud materjalid

American Cancer Society • www.cancer.org

Centers for Disease Control and Prevention • www.cdc.gov

EASL – The Home of Hepatology • www.easl.eu

National Center of Biotechnology Information • www.ncbi.nlm.nih.gov

• *Historical Epidemiology of Hepatitis C Virus (HCV)
in Select Countries – Volume 3*

• *A Population-Based Surveillance Study on the Epidemiology of
Hepatitis C in Estonia*

National Institute of Allergy and Infectious Diseases • www.niaid.nih.gov

Terviseamet • www.terviseamet.ee

World Health Organization • www.who.int

Voldiku koostaja ja väljaandja

AbbVie Biopharmaceuticals GmbH Eesti filiaal

Partnerid C-hepatiidi teadlikkuse suurendamisel on

Eesti Vähiliit ja SYNLAB Eesti

Voldiku on heaks kiitnud eriala eksperdid

CHEPATIIT.ee

C-hepatiit on tõsine **nakkushaigus**,
mille vastu vaktsiini ei ole,
aga haigus on ravitav.



VEENDU, ET SINA
POLE RISKIRÜHMAS

