



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ

Λ.ΚΟΥΝΤΟΥΡΙΩΤΗ 124 74100 ΡΕΘΥΜΝΟ ΤΗΛ.-FAX 2831029016

E-mail is-reth@otenet.gr

ΑΡ.ΠΡΩΤ. 267

ΡΕΘΥΜΝΟ 18/05/2023

ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΗΠΑΤΙΤΙΔΑΣ

Η Παγκόσμια Ημέρα κατά της Ηπατίτιδας γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 19 Μαΐου αλλά και στις 28 Ιουλίου και καθιερώθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας με σκοπό την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του πληθυσμού ώστε να κάνουν τις απαραίτητες εξετάσεις για τη διάγνωση της νόσου.

Κάθε χρόνο σχεδόν 1,5 εκατομμύριο άνθρωποι σε όλο τον πλανήτη πεθαίνουν από ηπατίτιδα. Στη χώρα μας, 400.000 Έλληνες πάσχουν από χρόνια ηπατίτιδα Β ή C και οι περισσότεροι από αυτούς δεν το γνωρίζουν. Άρα είναι σημαντικό να τη διαγνώσουμε νωρίς και ακόμα καλύτερα να την προλάβουμε.

Τι είναι η ηπατίτιδα;

Το ήπαρ (συκώτι) είναι ένα ζωτικό όργανο που βρίσκεται στο δεξιό άνω τμήμα της κοιλιακής χώρας. Έχει πολλές λειτουργίες και διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στο μεταβολισμό, στη σύνθεση παραγόντων πήξης του αίματος για τον έλεγχο αιμορραγιών, στην παραγωγή ουσιών απαραίτητων στη μάχη κατά των λοιμώξεων καθώς και στην απομάκρυνση τοξικών ουσιών και φαρμάκων από τον οργανισμό. Εάν το ήπαρ προσβληθεί από ιούς ή υποστεί βλάβη από άλλα αίτια όπως τοξίνες, φάρμακα, αλκοόλ, αναπτύσσεται φλεγμονή (ερεθισμός) και νέκρωση, κατάσταση η οποία ονομάζεται ηπατίτιδα.

Ποια είναι τα συμπτώματα;

Η ηπατίτιδα μπορεί να εμφανιστεί ως οξεία δηλαδή με συμπτώματα όπως πυρετός, εμετός, κοιλιακό άλγος, διάρροια, ίκτερος (κιτρίνισμα), καταβολή κλπ., μπορεί να είναι ασυμπτωματική, να είναι χρόνια και να το ανακαλύψουμε σε τυχαίο εργαστηριακό έλεγχο ή όταν εμφανιστούν οι επιπλοκές της. Επιπλοκές της χρόνιας ηπατίτιδας, αν ο ασθενής δεν λάβει την κατάλληλη θεραπεία, είναι η κίρρωση του ήπατος, ο ηπατοκυτταρικός καρκίνος και η ηπατική ανεπάρκεια. Ο ιός της ηπατίτιδας Β είναι το μεγαλύτερο καρκινογόνο μετά το κάπνισμα.

Ποια είναι τα κυριότερα αίτια της ηπατίτιδας;

1. **Ιοί:** ηπατίτιδα Α, ηπατίτιδα Β, ηπατίτιδα C, ηπατίτιδα D, ηπατίτιδα Ε, ηπατροτρόποι ιοί όπως κυτταρομεγαλοϊός, Epstein-Barr, αδενοϊοί κλπ.
2. **Αλκοόλ:** Η αλκοολική ηπατίτιδα εμφανίζεται μετά από κάποιο χρονικό διάστημα όταν υπερβαίνουμε συστηματικά την μέγιστη επιτρεπόμενη ημερήσια κατανάλωση αλκοόλ. Αυτή είναι για τους άνδρες κάτω από 14

ποτά την εβδομάδα, ενώ για τις γυναίκες κάτω από 7 ποτά την εβδομάδα. Η αρχική βλάβη που προκαλεί το αλκοόλ στο συκώτι είναι η συσσώρευση λίπους και η φλεγμονή που μπορεί να οδηγήσει μετά από κάποιο χρονικό διάστημα σε κίρρωση του ήπατος δηλαδή καταστροφή του οργάνου και αδυναμία του να ανταποκριθεί στο λειτουργικό του ρόλο.

3. **Μη αλκοολική στεατοηπατίτιδα:** Πρόκειται για συσσώρευση λίπους στο ήπαρ που δεν οφείλεται στη χρήση αλκοόλ, αλλά σε άγνωστα αίτια.
4. **Αυτοάνοση ηπατίτιδα:** Ο οργανισμός παράγει για κάποιον λόγο αντισώματα που καταστρέφουν τα κύτταρα του ήπατος. Η αυτοάνοση ηπατίτιδα μπορεί να πυροδοτηθεί από κάποια φάρμακα ή από ιούς.
5. **Φαρμακευτική ηπατίτιδα:** Τα φάρμακα που προκαλούν φαρμακευτική ηπατίτιδα είναι πολλά. Συνήθως, (όχι πάντα), η φλεγμονή υποχωρεί με τη διακοπή του υπευθύνου φαρμάκου.
6. **Γενετικά αίτια:** Ανεπάρκεια α1-αντιθρυψίνης, αιμοχρωμάτωση, (εναπόθεση σιδήρου στο ήπαρ), νόσος του Wilson (εναπόθεση χαλκού).

Ποιες είναι οι ιογενείς ηπατίτιδες;

Οι πιο γνωστοί ιοί ηπατίτιδας, είναι οι Α,Β,С, D και Ε.

Η χρόνια ιογενής ηπατίτιδα προκαλείται κυρίως από τους ιούς της ηπατίτιδας Β και С, ενώ η ηπατίτιδα Α δεν προκαλεί χρόνια ηπατίτιδα.

Τι είναι η χρόνια ιογενής ηπατίτιδα;

Χρόνια ιογενής ηπατίτιδα προκαλείται από τους ιούς της ηπατίτιδας Β, С και D κι αναπτύσσεται στους ασθενείς που το ανοσοποιητικό τους σύστημα δεν κατορθώνει να αποβάλλει τον ιό. Μπορεί να έχετε χρόνια ηπατίτιδα, να μεταδίδετε τη νόσο και να μην το γνωρίζετε. Στους ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα, παρά την έλλειψη συμπτωμάτων πολλές φορές, η ύπαρξη του ιού εξακολουθεί να προκαλεί ερεθισμό και να καταστρέφει το ήπαρ.

Αποτέλεσμα αυτού είναι η ανάπτυξη ινώδους ιστού (ουλή) μέσα στο ήπαρ. Εάν τα τρία τέταρτα του ήπατος μετατραπούν σε ινώδη ιστό, το ήπαρ δεν είναι πια σε θέση να λειτουργήσει σωστά, κατάσταση που ονομάζεται κίρρωση. Οι ασθενείς με κίρρωση μπορεί να είναι ασυμπτωματικοί στα πρώτα στάδια της κίρρωσης, αλλά καθώς η ηπατική νόσος προοδευτικά επιβαρύνεται μπορεί να εμφανιστούν ασκίτης (υγρό στην κοιλιά), αιμορραγία από φλέβες του οισοφάγου (κίρσοι), εγκεφαλοπάθεια (αλλαγή της διανοητικής κατάστασης και συμπεριφοράς) ή ίκτερος. Όλοι οι ασθενείς με κίρρωση έχουν αυξημένο κίνδυνο να αναπτύξουν καρκίνο του ήπατος.

Πως μεταδίδονται οι ιογενείς ηπατίτιδες;

Ο ιός της ηπατίτιδας Β μεταδίδεται με την σεξουαλική επαφή, με το αίμα και από μητέρα στο παιδί κατά την κύηση ή τον τοκετό, ενώ ο ιός της ηπατίτιδας С κυρίως με το αίμα και σπανιότερα με τη σεξουαλική επαφή ή από μητέρα σε παιδί. Ο ιός της ηπατίτιδας Α αποβάλλεται με τα κόπρανα από τον οργανισμό και μεταδίδεται κυρίως με την κατανάλωση

μολυσμένου τροφίμου ή νερού ή από επαφή με τα κόπρανα ενός μολυσμένου ατόμου (κόπρανα στοματική οδός).

Ηπατίτιδα Α

Η ηπατίτιδα Α είναι σχετικά συχνή νόσος, ιδιαίτερα σε περιοχές με έλλειψη ή κακή ποιότητα αποχετευτικών συστημάτων, καθώς και σε εκείνες όπου επικρατούν ελλιπείς συνθήκες υγιεινής. Η βαρύτητα της νόσου ποικίλει από τις περιπτώσεις ήπιας νόσησης, στις οποίες τα συμπτώματα διαρκούν 1-2 εβδομάδες, έως την πιο σοβαρή μορφή, στην οποία τα συμπτώματα διαρκούν έως και μήνες ή την κεραυνοβόλο ηπατική ανεπάρκεια και το θάνατο. Δεν μπορεί όμως να περιπέσει σε χρονικότητα και η ανάρρωση από την ασθένεια επιφέρει χρόνια ανοσία.

Για να μην κολλήσει κάποιος ηπατίτιδα Α πρέπει να τηρεί τους κανόνες υγιεινής, κυρίως το πλύσιμο των χεριών, να απολυμαίνει τις επιφάνειες στο σπίτι αλλά ειδικά σε βρεφονηπιακούς/παιδικούς σταθμούς, σε σχολεία και σε χώρους εστίασης, να αποφεύγει την κατανάλωση μη χλωριωμένου νερού και όχι καλά μαγειρεμένων οστρακοειδών. Επίσης μπορεί να εμβολιαστεί. Στην Ελλάδα, κυκλοφορούν δύο εμβόλια κατά την ηπατίτιδας Α με υψηλή αποτελεσματικότητα.

Ηπατίτιδα Β

Ο ιός της ηπατίτιδας Β μεταδίδεται με τη σεξουαλική επαφή, με το αίμα και από τη μητέρα στο παιδί κατά την κύηση ή τον τοκετό. Είναι πολύ σημαντική η χρήση προφυλάξεων στη σεξουαλική επαφή για την πρόληψη της μετάδοσης της.

Ως χρόνιος φορέας ηπατίτιδας Β ορίζεται κάποιος που συνεχίζει να έχει τον ιό στο αίμα του για διάστημα μεγαλύτερο από 6 μήνες. Ένας φορέας συνήθως δεν έχει συμπτώματα, αλλά παραμένει μολυσμένος με τον ιό για χρόνια και έχει την ικανότητα να μεταδώσει τον ιό και σε άλλους. Όλοι οι χρόνιοι φορείς πρέπει να παρακολουθούνται δια βίου, γιατί ένα ποσοστό αυτών έχει αυξημένο πολλαπλασιασμό του ιού και αναπτύσσει χρόνια ηπατίτιδα. Η χρόνια ηπατίτιδα μπορεί να οδηγήσει μετά από πολλά χρόνια σε κίρρωση και ηπατοκυτταρικό καρκίνο. Η ταυτόχρονη κατάχρηση αλκοόλ είναι παράγοντας που επιταχύνει την εξέλιξη της ηπατικής νόσου προς κίρρωση.

Η διάγνωση του χρόνιου φορέα της ηπατίτιδας γίνεται με μια απλή εξέταση αίματος, ενώ του σταδίου της φλεγμονής του ήπατος χρειάζεται και άλλες εξετάσεις απεικονιστικές, λειτουργικές, ή βιοψία.

Ηπατίτιδα C

Ο ιός της ηπατίτιδας C, που απομονώθηκε το 1989, αποτελεί ένας από τους κυριότερους παράγοντες χρόνιας ηπατοπάθειας, τόσο διεθνώς όσο και στην Ελλάδα. Περίπου 170 εκατ. άνθρωποι παγκοσμίως έχουν χρόνια λοίμωξη από τον ιό της ηπατίτιδας C και 3 με 4 εκατ. νέες περιπτώσεις εμφανίζονται ετησίως. Στην Ελλάδα υπολογίζεται ότι περίπου το 2% του πληθυσμού έχει χρόνια λοίμωξη με τον ιό της ηπατίτιδας C. Μεταδίδεται κυρίως εάν έρθετε

σε επαφή με μολυσμένο αίμα και σπανιότερα με τη σεξουαλική επαφή ή κάθετη μετάδοση από μητέρα σε παιδί. Και εδώ είναι πολύ σημαντική η χρήση προφυλάξεων στη σεξουαλική επαφή για την πρόληψη της μετάδοσής της.

Μόνο ένα ποσοστό 25-35% των ατόμων με οξεία ηπατίτιδα C έχει συμπτώματα. Το μεγαλύτερο ποσοστό των ασθενών (75-85%) δεν θα καταφέρει να αποβάλει τον ιό και θα αναπτύξει χρόνια ηπατίτιδα C. Για τους περισσότερους ασθενείς υπάρχει ένα μέσο χρονικό διάστημα 13 ετών για την ανάπτυξη συμπτωμάτων. Η διάγνωση στις περισσότερες περιπτώσεις γίνεται τυχαία αφού η πλειονότητα των ασθενών δεν έχει συμπτώματα. Η ανίχνευση των ειδικών αντισωμάτων δεν σημαίνει απαραίτητα ότι ο ασθενής πάσχει από χρόνια ηπατίτιδα C.

Υπάρχει θεραπεία για την ιογενή ηπατίτιδα;

Στην περίπτωση της οξείας ηπατίτιδας δεν υπάρχει ανάγκη ειδικής θεραπείας, παρά μόνο υποστηρικτική αγωγή και παρακολούθηση για την περίπτωση εμφάνισης επιπλοκών.

Εξαίρεση αποτελεί η οξεία ηπατίτιδα C, όπου σε ορισμένες περιπτώσεις η μετάπτωση σε χρονιότητα μειώνεται με τη βοήθεια ειδικής θεραπείας.

Αντίθετα, ανάγκη από ειδική φαρμακευτική θεραπεία έχει σημαντικό ποσοστό ασθενών με χρόνια ηπατίτιδα. Οι δυνατότητες θεραπευτικής παρέμβασης στη χρόνια ηπατίτιδα B και C έχουν βελτιωθεί σημαντικά τα τελευταία χρόνια. Η θεραπεία έχει ως στόχο την εκρίζωση του ιού της ηπατίτιδας και/ή την πρόληψη της ανάπτυξης κίρρωσης και καρκίνου του ήπατος.

Πως μπορώ να προστατευτώ από την ιογενή ηπατίτιδα;

- Τηρώντας τους κανόνες υγιεινής με τακτικό πλύσιμο χεριών για την ηπατίτιδα A και χρησιμοποιώντας προφυλάξεις στις σεξουαλικές σχέσεις για την ηπατίτιδα B και C.
- Ο εμβολιασμός αποτελεί το καλύτερο μέτρο πρόληψης για την ηπατίτιδα A και B.
- Εμβόλιο για την ηπατίτιδα C ΔΕΝ υπάρχει.

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ