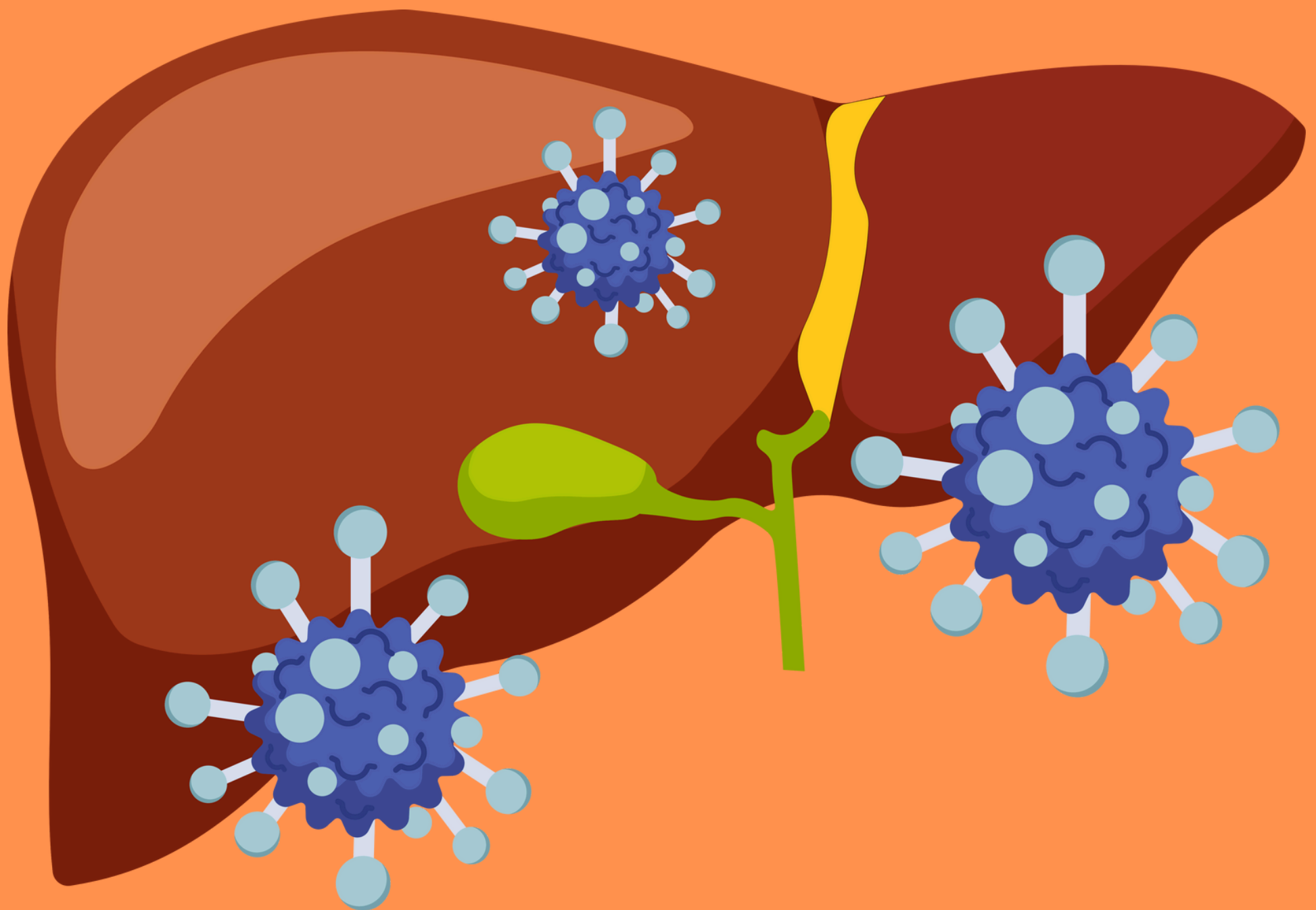




MladiCe

Podrška mladima sa rakom



HEPATITIS – INFEKCIJA JETRE

Jetra je organ trouglastog oblika koji se nalazi ispod rebara na desnoj strani tela. Kod prosečne odrasle osobe, jetra je veličine fudbalske lopte i teži oko tri funte. Jetra je odgovorna za filtriranje toksina iz krvi, pomaže varenje i metabolizam i proizvodi mnoge važne supstance uključujući proteine za zgrušavanje krvi.

Hepatitis je bolest jetre koja se širi putem krvi i dolazi u tri tipa, A, B i C. Hepatitis A je infekcija jetre koja ne dovodi do dugotrajnih zdravstvenih problema i skoro uvek prolazi sama od sebe. Međutim, hepatitis B i C su ozbiljniji i zahtevaju praćenje i negu.

U Sjedinjenim Državama, rutinski skrining davalaca krvi na hepatitis B počeo je 1971. Najtačniji skrining test za hepatitis C postao je dostupan 1992. godine.

Lečenje raka kod dece često zahteva transfuziju krvi i krvnih proizvoda. Preživeli koji su primili krvne proizvode pre ovih datuma možda su bili zaraženi hepatitisom B ili C.

ZNACI I SIMPTOMI HEPATITISA

Većina ljudi ne oseća simptome hepatitisa B ili C kada se prvi put zarazi. Neki ljudi imaju simptome slične gripu, kao što su umor, gubitak apetita, mučnina, povraćanje ili slaba temperatura. Neki ljudi mogu imati simptome koji su direktnije povezani sa jetrom, kao što su žutica (žučkaste oči i koža), tamni urin, jak svrab ili bleđa stolica (boje gline). U retkim slučajevima, ljudi mogu postati veoma bolesni i razviti otkazivanje jetre.

Nažalost, mnogi ljudi koji se zaraze hepatitisom B ili C tokom detinjstva postaju „hronično“ zaraženi. Ljudi sa hroničnim hepatitisom možda nemaju simptome i osećaju se dobro, ali su u opasnosti od ožiljaka (ciroze) jetre i drugih komplikacija. U retkim slučajevima može se razviti rak jetre. Ljudi sa hroničnim hepatitisom su takođe u opasnosti da prenesu infekciju na druge.

TESTOVI ZA PROVERU HEPATITISA

Test krvi se može uraditi da se proveriti hepatitis:

- Ljudi sa hroničnom infekcijom hepatitisom B će biti pozitivni na površinski antigen hepatitisa B (HbsAg), a obično su pozitivni i na jezgro antitela hepatitisa B (HbcAb ili anti-HBc).
- Ljudi sa hroničnom infekcijom hepatitisa C obično su pozitivni na antitelo na hepatitis C (HCAb). Ako je test na antitela na hepatitis C pozitivan, ili ako osoba ima oslabljen imunitet (imunosupresija), može se uraditi i „PCR“ test za hepatitis C da bi se proverio nivo virusa hepatitisa C u krvi.

KO JE U OPASNOSTI OD HEPATITISA B I C?

Svako ko je primio sledeće proizvode krvi ili seruma je u opasnosti od hepatitisa B (ako je transfuzovan pre 1972.) i hepatitisa C (ako je transfuzovan pre 1992. godine):

- Upakovane crvene krvne ćelije
- Cela krv
- Bela krvna zrnca (granulociti)
- Trombociti
- Sveže smrznuta plazma
- Krioprecipitat
- Imunoglobulinski preparati (IVIg, VZIG)
- Koštana srž ili matične ćelije alogenog donora (neko drugi osim pacijenta)

OSTALI FAKTORI RIZIKA UKLJUČUJU:

- Faktori zgrušavanja krvi (kao što su faktor VIII ili faktor IKS) napravljeni pre 1987
- Transplantacije čvrstih organa (kao što su bubrezi, jetra ili srce) pre 1993
- Dugotrajna dijaliza bubrega (u trajanju od najmanje nekoliko meseci)
- Pucanje ili šmrkanje droge
- Pirsing, tetovaže
- Deljenje brijanja, makaza za nokte ili četkica za zube sa osobama koje imaju hepatitis
- Profesionalna izloženost krvi i telesnim tečnostima
- Seksualno ponašanje visokog rizika, više seksualnih partnera, nezaštićeni polni odnos

PRAĆENJE ZA ONE KOJI SU U OPASNOSTI

Ljudi sa rizikom od hepatitisa B ili C treba da urade testove krvi da vide da li su zaraženi. Ako testovi krvi pokažu dokaze o hroničnoj infekciji hepatitisom, trebalo bi da:

- Uradite testove krvi (ALT, AST, bilirubin, AFP, protrombinsko vreme) najmanje jednom godišnje da biste pratili status jetre.
- Primite stalnu procenu (i u mnogim slučajevima lečenje) od strane specijaliste za jetru.

ODRŽAVANJE ZDRAVE JETRE

- Ako neko nema imunitet na hepatitis A i B, trebalo bi da se vakciniše protiv ovih uobičajenih infekcija kako bi zaštitio jetru (trenutno ne postoji vakcina za zaštitu od hepatitisa C). Test krvi može da utvrdi da li neko ima imunitet na hepatitis A i B (IgG antitelo na hepatitis A i površinsko antitelo na hepatitis B).
- Pijte alkohol umereno.
- Piti dosta vode.
- Jedite dobro izbalansiranu ishranu bogatu vlaknima. Smanjite masnu, slanu, dimljenu i suhu hranu.
- Nemojte uzimati više od preporučenih doza lekova.
- Izbegavajte uzimanje nepotrebnih lekova.
- Nemojte mešati drogu i alkohol.
- Ne koristite ilegalne ulične droge.
- Budite oprezni kada koristite biljke i prirodne suplemente, posebno kada se kombinuju sa lekovima.
- Ako ste seksualno aktivni, koristite zaštitnu zaštitu (kao što su kondomi od lateksa) tokom intimnog seksualnog kontakta kako biste sprečili infekciju virusima koji mogu oštetiti jetru.
- Izbegavajte izlaganje hemikalijama (rastvarači, sredstva za čišćenje aerosola, insekticidi, razređivači boja i drugi toksini) koje mogu biti štetne za jetru. Kada koristite ove supstance, nosite masku i rukavice i radite u dobro provetrenom prostoru.

AKO NEKO IMA HRONIČNI HEPATITIS, ONI TAKOĐE TREBA DA:

- Posetite specijaliste za jetru radi procene i mogućeg lečenja.
- Obavestite svoje zdravstvene radnike o svim lekovima i suplementima koje uzimaju bez recepta.
- Izbegavajte alkohol.
- Izbegavajte lekove protiv bolova bez recepta ili lekove za smanjenje temperature koji sadrže acetaminofen (kao što je Tilenol).
- Pacijentkinje koje su trudne treba da razgovaraju o statusu hepatitisa sa svojim zdravstvenim radnicima (uključujući svog akušera i pedijatra za bebe).

SPREČAVANJE ŠIRENJA INFEKCIJE

Hepatitis B i C se ne prenose slučajnim kontaktom, kao što je grljenje ili rukovanje. Međutim, ako neko ima hepatitis B ili C, može sprečiti širenje infekcije na druge:

- Izbegavanje direktnog kontakta krvi i telesnih tečnosti sa drugima
- Čišćenje prolivene krvi ili telesnih tečnosti izbeljivačem
- Pokrivanje posekotina ili drugih otvorenih rana
- Izbegavajte deljenje oštih ličnih predmeta, kao što su brijači, četkice za zube, makaze za nokte, prstenovi za uši ili telo, ili bilo koji predmet koji može doći u kontakt sa krvlju
- Uverite se da se nove sterilne igle koriste za pirsing, injekcije ili akupunkturu
- Nikad ne delite igle
- Postarajte se da svi bliski članovi domaćinstva i seksualni partneri budu pregledani na hepatitis B. Ako nemaju imunitet, treba im dati vakcinu protiv hepatitisa B.
- Korišćenje zaštitnih mera (kao što su kondomi od lateksa) tokom intimnog seksualnog kontakta
- Razgovor sa zdravstvenim radnicima o tome da li seksualni partner treba da se testira na hepatitis C

Priredio tim Čika Boce & MladiCe

Izvor: Late Effects of Treatment (childrensoncologygroup.org)



MladiCe

Podrška mladima sa rakom