

Hepatitis

Maag-, Darm- Levercentrum



Beter voor elkaar

Inleiding

Door uw MDL-arts bent u doorverwezen naar het spreekuur van de maag-darm-lever-verpleegkundige (MDL-verpleegkundige). Deze folder is bestemd voor patiënten (en hun naasten) met een maag,darm- en/of leveraandoening.

Wat is Hepatitis?

Het woord "hepatitis" komt van "hepar" het Griekse woord voor lever. Het achtervoegsel "-itis" betekent ontsteking. Hepatitis is dus een ontsteking van de lever. Deze ontsteking kan verschillende oorzaken hebben.

Het meest voorkomende oorzaken van leverontstekingen zijn:

- Virussen, bacteriën, parasieten (infectieuze hepatitis)
- Alcohol, medicijnen, chemicaliën (toxische hepatitis)
- Ontregeling van het afweersysteem (auto-immuun hepatitis).
- Aangeboren afwijkingen en stofwisselingsziekten
- NASH veroorzaakt door leververvetting
- Onbekend

Als de ontsteking van de lever veroorzaakt wordt door een virus, spreken we van een virale hepatitis. Virale hepatitis is wereldwijd de meest voorkomende leverziekte.

In deze folder zullen wij uitleggen over de leverontsteking veroorzaakt door het A, B of C virus.

Hepatitis A komt weinig voor in Nederland. Hepatitis A wordt ook wel besmettelijke geelzucht genoemd. Van het Hepatitis A virus kunt u zich flink ziek voelen.

De klachten bij hepatitis A zijn:

- Misselijk
- erg moe
- weinig zin in eten
- koorts
- een gevoel alsof u griep krijgt
- geel worden van het oogwit en de huid
- donkere urine
- lichtgekleurde ontlasting (grijs-wit)
- pijn boven in de buik aan de rechterkant

De klachten duren meestal een paar weken. Het kan ook langer duren tot wel 3 maanden. De tijd tussen besmet raken en ziek worden is 2 tot 7 weken.

Hoe kunt u hepatitis A krijgen?

Hepatitis A is erg besmettelijk. Het virus zit in de ontlasting van iemand die besmet is.

U kunt besmet raken door:

- Door het eten van ongekookte (rauwe) en besmette groenten of fruit, garnalen, schaal- of schelpdieren, zoals mosselen.
- Via ontlasting, besmette toiletbril, spoelknop, kraan, deurkruk en lichtknop van het toilet. Hierdoor kan het virus aan de handen komen en daarna in de mond terecht komen. Via de handen kan het virus op servies, bestek en eten komen.
- Door onbeschermd seksueel contact.

Mensen met hepatitis A kunnen anderen besmetten vanaf 1 week voordat de klachten beginnen tot 1 week daarna. Zelfs wanneer er geen klachten zijn, kan iemand met het hepatitis A virus toch anderen besmetten.

Wie kan hepatitis A krijgen?

Iedereen die de ziekte nog niet heeft gehad kan besmet raken en ziek worden. Mensen met een ziekte van de lever en ouderen, kunnen zieker worden van hepatitis A. Iemand die hepatitis A heeft gehad, krijgt de ziekte niet nog een keer.

Wat kunt u doen om hepatitis A te voorkomen?

U kunt zich laten inenten tegen hepatitis A. Dit is vooral belangrijk als u op reis gaat naar het buitenland. Hepatitis A vaccinatie wordt aanbevolen voor vrijwel alle landen, behalve West-Europa, Noord-Amerika, Nieuw-Zeeland en Australië. De aanbeveling geldt dus ook voor Turkije en Oost-Europa.

Heeft iemand in het gezin hepatitis A dan is het belangrijk om op het volgende te letten:

- Was de handen met zeep en droog ze goed af:
 - o nadat u naar het toilet bent geweest.
 - o na het verschonen van een kind of nadat u het kind hebt geholpen op het toilet.
 - o voor het eten en voor het klaarmaken van eten

Laat iemand met hepatitis A een eigen toilet gebruiken. Maak het toilet minstens 1 x per dag schoon. Kan de zieke geen gebruik maken van een eigen toilet, maak het toilet dan schoon, elke keer nadat de zieke het heeft gebruikt.

Maak het toilet schoon met zeepsop. Let op de volgorde van schoonmaken: van schoon naar minder schoon: Begin met de deurklink, kraan, spoelknop en doe daarna de toiletbril en toiletpot. Gebruik het schoonmaakdoekje daarna niet om iets anders schoon te maken. Het is nog beter doekjes te gebruiken die je na gebruik weg kunt gooien.

Verschoon elke dag de handdoek in het toilet. Het is beter papieren handdoekjes of keukenrol te gebruiken.

Laat de zieke zijn washandje, handdoek en tandenborstel alleen voor zichzelf gebruiken.

- Houd de nagels kort.

Soms is het nodig om mensen die veel contact met de zieke hebben te beschermen tegen hepatitis A. Dit kan door een inenting. Als dit nodig is geeft de GGD hierover advies.

Is hepatitis A te behandelen?

Hepatitis A geneest vanzelf (zonder medicijnen). U kunt zich wel erg lang moe voelen. Zolang u klachten heeft, is het beter om geen alcohol te drinken. Wanneer u zelf of anderen in huis klachten krijgen die op hepatitis A lijken, ga dan naar uw huisarts. De huisarts kan onderzoeken of u hepatitis A heeft.

Hepatitis B is een ontsteking van de lever die ontstaat door besmetting met het hepatitis B virus. Het hepatitis B virus veroorzaakt in eerste instantie een acute leverinfectie. Bij een deel van de patiënten blijft de infectie bestaan en gaat deze over in een chronische infectie. Deze kan actief of inactief zijn.

Klachten acute hepatitis B infectie:

- moeheid,
- gebrekkige eetlust,
- spier- en gewrichtspijnen,
- koorts (grieperig gevoel),
- geelzucht (verkleuren van huid, oogwit, ontlasting en urine)
- soms jeuk.
- De meeste mensen krijgen helemaal geen ziekteverschijnselen.

Van alle volwassenen geneest 90 tot 95% volledig van acute hepatitis B. Deze mensen zijn vervolgens immuun voor een nieuwe besmetting met het hepatitis B virus en ook niet meer besmettelijk voor anderen.

Klachten chronische hepatitis B infectie:

- Meestal geen klachten
- Algehele vermoeidheidsklachten
- Plotseling opkomende vermoeidheidsklachten
- Pijn in de leverstreek
- Verminderde eetlust, misselijk
- Spier- en gewrichtspijnen

Bij 5 tot 10% van de mensen die besmet zijn geraakt, geneest hepatitis B niet vanzelf. Bij pasgeborenen en kleine kinderen is deze 90%. Er ontstaat dan een chronische infectie. Door een chronische actieve hepatitis B infectie kan na 10–20 jaar verlittekening van de lever ontstaan, dit noemen we levercirrose en leverfibrose. Mensen met chronische actieve hepatitis B kunnen op den duur ook leverkanker krijgen, waardoor mensen kunnen overlijden.

Bij chronische inactieve hepatitis B blijft het virus, zonder klachten te veroorzaken, sluimerend aanwezig. Chronische inactieve hepatitis B heeft op de lange duur meestal weinig gevolgen. Het is wel mogelijk dat chronische hepatitis B in de loop van vele jaren de lever kan aantasten. Daarom is regelmatige controle noodzakelijk.

Hoe kun je Hepatitis B oplopen?

Het hepatitis B virus komt voor in bloed, sperma, voorvocht en vaginaal vocht. Het virus wordt overgedragen door bloed–bloed contact of door sexueel contact met iemand die het virus bij zich draagt. Hepatitis B is een Sexueel Overdraagbare Aandoening (SOA). Baby's kunnen het virus oplopen bij de geboorte door besmetting van moeder op het kind.

Bekende manieren van overdracht zijn:

- Onveilige vrijen zonder gebruik van condooms, zeker bij wisselende seksuele contacten en bij anale seks.
- Via gebruikte besmette injectienaalden, voorbeeld bij het spuiten van drugs, maar ook naalden die gebruikt worden bij tatoeages, piercings of accupunctuur. In de westerse landen wordt bijna altijd steriele naalden gebruikt. In niet-westerse landen is dat helaas nog niet het geval.
- Een kleine hoeveelheid besmet bloed in een wondje is al voldoende om een infectie te veroorzaken. Dus bij het gebruik van scheermesjes van huisgenoten die besmet zijn, kunt u ook het virus oplopen. Ook via scheermesjes bij de kapper kan het virus overgedragen worden. Wees vooral voorzichtig bij kappers in niet-westerse landen
- Gezamenlijk gebruik van tandenborstels. Speeksel vermengd met bloed kan een risico zijn.
- Via bloedtransfusie. In Nederland is dit uitgesloten na 1992 wordt het bloed gecontroleerd op het virus. Maar in niet-westerse landen gebeurt dat niet altijd.
- Voorkomen door vaccinatie.

Het virus wordt niet overgedragen via:

- Huidcontact (bijvoorbeeld een hand geven of knuffelen). Het virus kan niet via een onbeschadigde huid binnendringen. Een pleister op een wondje biedt voldoende bescherming
- Zoenen of tongzoenen. Het speeksel speelt geen rol bij de besmetting.
- Toiletgebruik en gebruiksvoorwerpen. Het virus blijft niet in leven in de buitenlucht, dus ook niet op kopjes, bestek, toiletbril of beddengoed.
- Adem, hoesten of niezen etc.



Is Hepatitis B te behandelen?

Een acute hepatitis B infectie geneest bijna altijd vanzelf. Een behandeling met medicijnen is niet nodig. Gezonde voeding en leefstijl bevorderen de genezing.

Bij chronische actieve hepatitis B zijn verschillende behandelingen met medicijnen mogelijk. Welke medicijnen u krijgt voorgeschreven is afhankelijk van een aantal factoren die de MDL-arts en MDL-verpleegkundige met u zullen bespreken. De behandelingen die toegepast worden bij chronische actieve hepatitis B hebben als doel het virus te laten verdwijnen of terug te dringen zodat het virus geen leverschade veroorzaakt

Hepatitis C is pas bekend vanaf 1989. Tot 1991 werd in Nederland bloed, dat wordt gegeven voor een bloedtransfusie niet op de aanwezigheid van het hepatitis C virus onderzocht. Daarom zijn veel mensen die voor 1991 een bloedtransfusie kregen met hepatitis C besmet geraakt. Tegenwoordig komt dit in Nederland niet meer voor, omdat de bloedbanken het bloed op hepatitis C testen.

Hepatitis C kan een leverontsteking veroorzaken. Dit kan ernstige klachten tot gevolg hebben. Iemand kan echter ook besmet zijn zonder het te merken. In beide gevallen bent u besmettelijk voor andere mensen. Het kan ongeveer tien tot twintig jaar duren voordat iemand die besmet is duidelijke klachten krijgt. Hepatitis C wordt in de meeste gevallen chronisch: ongeveer 80% van de mensen die besmet raken, krijgen een chronische leverontsteking. Dit wil zeggen dat het hepatitis C virus in het lichaam aanwezig blijft. Hierdoor kan de lever ernstig ontstoken raken. Bij 20% van de mensen met chronische hepatitis C ontstaat levercirrose. Levercirrose is een ernstige leverziekte, waarbij gezond weefsel in de lever vervangen wordt door littekenweefsel. Levercirrose kan ook een verhoogde kans geven op het ontstaan van leverkanker.

Klachten:

Veel mensen merken lange tijd weinig of niets van de besmetting met het hepatitis C virus. Later treden klachten op als extreme vermoeidheid, misselijkheid en braken, gewrichtsklachten, vage buikklachten en algehele malaise. Het duurt meestal 20 jaar voordat iemand klachten kan krijgen. Geelzucht treedt pas op in een heel laat stadium, vaak is er dan al sprake van levercirrose.

Hoe kun je hepatitis C oplopen?

Besmetting verloopt via bloed-bloed contact

Bekende manieren van overdracht zijn:

- Wordt zelden door seksueel contact overgedragen. Bij anaal seksueel contact (waarbij sprake is van bloedcontact) of bij vrijen tijdens de menstruatie is er wel een gering besmettingsgevaar.
- Via gebruikte besmette injectienaalden, voorbeeld bij het spuiten van drugs, maar ook naalden die gebruikt worden bij tatoeages, piercings of accupunctuur. In de westerse landen wordt bijna altijd steriele naalden gebruikt. In niet-westerse landen is dat helaas nog niet het geval.

- Een kleine hoeveelheid besmet bloed in een wondje is al voldoende om een infectie te veroorzaken. Dus bij het gebruik van scheermesjes van huisgenoten die besmet zijn, kunt u ook het virus oplopen. Ook via scheermesjes bij de kapper kan het virus overgedragen worden. Wees vooral voorzichtig bij kappers in niet-westerse landen
- Gezamenlijk gebruik van tandenborstels. Speeksel vermengd met bloed kan een risico zijn.
- Via bloedtransfusie. In Nederland is dit uitgesloten na 1992 wordt het bloed gecontroleerd op het virus. Maar in niet-westerse landen gebeurt dat niet altijd.

Het virus wordt niet overgedragen via:

- Huidcontact (bijvoorbeeld een hand geven of knuffelen). Het virus kan niet via een onbeschadigde huid binnendringen. Een pleister op een wondje biedt voldoende bescherming
- Zoenen of tongzoenen. Het speeksel speelt geen rol bij de besmetting.
- Toiletgebruik en gebruiksvorwerpen. Het virus blijft niet in leven in de buitenlucht, dus ook niet op kopjes, bestek, toiletbril of beddengoed.
- Adem, hoesten of niezen etc.

Hoe kunt u besmetting voorkomen?

- Gebruik geen scheermesjes, nagelschaartjes, haarborstels, scheerapparatuur en tandenborstels van anderen.
- Gebruik nieuwe injectienaalden. In Nederland via besmetting via injectienaalden vooral plaats bij spuitende drugsgebruikers. In niet-westerse landen worden in de gezondheidszorg niet altijd nieuwe naalden gebruikt. Zie erop toe dat de naalden goed gedesinfecteerd worden.
- Let op bij het zetten van een tatoeage, dat de naalden goed ontsmet zijn of nieuw. Dit is ook aan te raden bij het zetten van een piercing of als u accupunctuur ondergaat. Het zelfde geldt voor apparatuur die gebruikt wordt door tandartsen, schoonheidsspecialisten of pedicure
- Gebruik condoom bij anale seks, in de menstruatieperiode of ruwe seks

Is hepatitis C te behandelen?

Acute hepatitis C zal bij 20 % van de besmette volwassenen genezen en geen klachten meer veroorzaken. Overgang naar chronische vorm van hepatitis C is bij 80% van de besmette volwassenen. Dat wilt zeggen dat het virus in het lichaam aanwezig blijft. Bij een chronische hepatitis C kan de ernst van de ontsteking in de loop van de tijd sterk wisselen. Soms veroorzaakt het virus veel ontstekingsverschijnselen. Er zijn ook mensen bij wie het virus sluimerend aanwezig blijft zonder veel ontstekingsverschijnselen. Hun bloed is echter wel besmettelijk voor anderen, terwijl ze er zelf nauwelijks hinder van ondervinden.

Het Ikaziaziekenhuis heeft in samenwerking met het Albert Sweitzerziekenhuis een Hepatitis Centrum. De MDL artsen en MDL verpleegkundigen verzorgen de behandeling, begeleiding en controle van patiënten met hepatitis op de polikliniek. Afhankelijk van het type virus en de hoeveelheid schade die het virus heeft aangericht, zal een behandelplan worden afgesproken samen met U.

Tot slot

Als u na het lezen van deze folder of het gesprek met de MDL-verpleegkundige nog vragen heeft, kunt u bellen tijdens het telefonische spreekuur.

www.ikazia.nl specialisme: Maag,Darm,Levercentrum

www.RIVM.nl

www.MLDS.nl

