

## Infektivni virusni hepatitis – hepatitis C

S obzirom na sve veći broj zarazenih ne samo ovim virusom nego i drugim oblicima hepatitisa, mislim da je ovo jedan od dobrih načina da se informisemo o tome šta je zapravo ovaj virus, kako se prenosi, koje su prognoze lečenja i kako se menja način života otkako ste saznali da ste zarazeni ovim virusom.

Mnogi od nas žive sa tom bolešću već neko vreme, a vi možda poznajete nekoga ko je takođe zarazen, ali zbog oskudnih informacija koje umeju ponekad biti i konfuzne, počinje da se oseća odbaceni ne samo od strane svojih bliznjih nego i šire društvene okoline.

### Abeceda hepatitisa

Hepatitisom se naziva svaka upala jetre, koja može biti prouzrokovana virusom ili recimo prevelikim konzumiranjem alkoholnih pića, gaziranih sokova i jake, masne hrane.

U virusne hepatitise spadaju hepatitisi



S tim što medicinska javnost još uvek raspravlja o tome dali su virusi F+G zaista virusi hepatitisa.

- **Hepatitis A** -prenosi se hranom, vodom i fekalijama. Postoji vakcina koja vas može zaštititi od hepatitisa A.
- **Hepatitis B** je najinfektivniji oblik virusnih hepatitisa. Prenosi se kontaktom sa inficiranim telesnim tečnostima (kao što su npr. pljuvačka, sperma, vaginalna sekrecija i krv). Postoji vakcina koja vas može zaštititi od hepatitisa B.
- **Hepatitis D**- kod ljudi se javlja samo ukoliko postoji i infekcija hepatitisom B. Prenosi se putem krvi i krvnih produkata. Osobe vakcinisane protiv hepatitisa B zaštićene su i od hepatitisa D.
- **Hepatitis E** za razliku od hepatitisa C, ova bolest ima samo akutnu fazu (kratku i tešku) i ne prelazi u hroničnu fazu (koja dugo traje). Širi se kontaktom sa zaraženom vodom, hranom i fekalijama.
- **Hepatitis F**- je sličan hepatitisu C i medicinska javnost još uvek raspravlja o tome da li je zaista reč o posebnom virusu hepatitisa.
- **Hepatitis G** - veruje se da se prenosi na sličan način kao i hepatitis C. S obzirom da je nedavno otkriven, medicinska javnost još uvek nije sigurna kako utiče na organizam.

Hepatitis C je otkriven tek 1989.g. do tada se zvao nonA-nonB hepatitis. Dosta je rasprostranjen u svetu, prema nekim podacima svetske zdravstvene organizacije, preko 170 miliona ljudi je zarazeno ovim virusom, dok najnoviji podaci govore da je samo u SAD zarazeno oko 5 miliona ljudi. Nažalost zbog mnoštva podtipova virusa i činjenice da on vrlo često mutira u organizmu, vakcina ne postoji.

## Nacini prenosnja

- Direktnim kontaktom sa krvlju inficirane osobe
- Koriscenjem koriscenih igli
- Tetovaza ili pirsing i akupunktura
- Koriscenjem iste cetkice za zube ili brijaca sa inficiranom osobom.
- Transfuzija krvi i krvnih produkata. Prema podacima, oko 60 % ispitanih hemofilicara je zarazeno virusom hepatitisa.

## Kako se ne prenosi?

- normalnim kontaktom
- ljubljenjem
- grljenjem
- rukovanjem
- ako ste u blizini zarazene osobe koja kija ili kaslje
- nije pronadjen virus u hrani i vodi
- mogucnost prenosa seksualnim kontaktom je minimalna. Treba izbegavati seksualan kontak ako postoje otvorene rane, i ako je zenska osoba inficirana, za vreme menstruacije. Preporucuje se koriscenje kondoma.

## Tipovi hepatitisa C

Hepatitis C virus se javlja u šest razlicitih oblika koji se nazivaju genotipovi. Genotip moze da utice na težinu bolesti, a ima uticaja i na način lečenja. To znači da će se vaša terapija razlikovati u zavisnosti od genotipa koji imate. Vaš genotip će biti ustanovljen na osnovu testiranja krvi koji se obavlja pre početka lečenja. U nastavku se nalazi opis genotipa:

- **Genotip 1** zastupljen je uglavnom u Evropi i severnoj Americi. Teži je za tečenje i potrebno je 48 nedelja terapije da bi se eliminisao virus.
- **Genotipovi 2 i 3** su lakši za lečenje i mnoge osobe sa ovim oblikom hepatitisa uspevaju da eliminišu virus nakon samo 24 nedelje terapije.
- **Genotip 4** se najčešće javlja na Bliskom istoku i u Africi i terapija se sprovodi tokom 48 nedelja, kao i kod genotipa 1.
- **Genotipovi 5 i 6** su znatno ređi, leče se tokom 48 nedelja kao i genotipovi 1 i 4.

Prva faza HCV infekcije zove se akutni Hepatitis C. Vecini ova faza nastaje iznenada i traje nekoliko nedelja.

Ako virus ostane u telu vise od 6 meseci, nastaje hronican Hepatitis C. Dalji tok odvija se

na nekoliko nacina. HCV prouzrokuje fibrozu jetre, a kasnije i cirozu, a moze se razviti i u rak jetre. Virus deluje prevashodno na jetru, dovodi do izumiranja zdravih stanica, celija jetre i do oziljaka tj fibroze jetre. Postoje razliciti stupnjevi fibroze, a onda dolazi do ciroze kada je jetra znacajno ostedecena. Kada dodje do otkazivanja jetre, jedna od preostalih opcija je transplantacija, koja sa svoje strane ima mnoge komplikacije. Brzina kojom se jetra ostedecuje zavisi od mnogih faktora, u proseku do ciroze dolazi posle 10-20god od infekcije, ali sve je individualno. Dolazi prvo do zapaljenja jetre, povecanja enzima jetre- transaminaza koji se mogu izmeriti u krvi. Pravi stepen ostedecenja moze pokazati samo biopsija jetre, kojom se moze videti da li je doslo do fibroze ili ciroze i u kom obimu i na osnovu svih analiza pocinje se sa lecenjem.

## Simptomi

Simptomi HCV-a javljaju se od blagih oblika do teskih. Mogu biti jedva primetni ali mogu i prouzrokovati drasticne probleme inficiranoj osobi. Simptomi ako se uopste pojave, uglavnom se pojavljuju postepeno. Iz razloga sto se simptomi mogu pojavljivati i nestajati, osoba inficirana HCV-om moze prolaziti kroz razlicite periode, koji su promenjivi, i bitno uticu na raspolozenje, koncentraciju, i sam nacin zivota.

Simptomi u hronicnoj fazi mogu trajati po nekoliko nedelja ili meseci. Simptomi kao i prateci efekti tokom tretmana razlikuju se od osobe do osobe. Mnogi faktori uticu na to kako organizam reaguje. Jedni od njih su svakako godine, opšte stanje zdravlja, koinfekcije, stepen virusne infekcije, itd.

Mnoge osobe inficirane HCV-om osećaju zamor. One osobe kod kojih se javlja zamor imaju “dobre“ dane i “lose“ dane. Kod njih ce cesto nakon niza dobrih dana, poceti period kad “nisu ni zasta“. Potpuno je moguće da osoba sa HCV-om ne oseca zamor. Ozbiljan zamor se moze javiti kod ljudi ciji testovi ne pokazuju ili pokazuju vrlo male promene na jetri usled infekcije. Nekima je zamor svakodnevnij prijatelj. Ovakav zamor nije povezan sa zamorom koji nastaje od prenapregnutih misica, i cesto osoba oseca potpun nedostatak energije, i moze se osecati umorno cak i nakon dobrog sna. Ovo hronicno stanje moze prouzrokovati mnoge negativne promene u životu.

Takodje usled infekcije, kod nekih se ljudi javlja ” magla u glavi ” ( brain fog ).To je stanje kad su inficirane osobe jako zaboravne ili im je tesko ili ne mogu da se koncentrisu. U ovakvom stanju trebace im vise vremena da zavrse rutnske poslove, ili ce osecati nedostatak mentalne snage potrebne da se obavi neki zadatak.

Kod osoba sa HCV infekcijom, stres je cesta pojava i odnosi se na psihicko stanje covеka usled promena u zivotu. Simptomi slicni virusnoj infekciji gripa su najcesci simptomi HCV infekcije. Javlja se i bol u misicima i zglobovima i nelagodnost u gornjoj desnoj strani tela.

Neki ljudi osecaju tup bol sa desne strane tela, odmah ispod rebara. U malom broju slucajeva bol “putuje” sve do desnog ramena, ili se dozivljava kao ostar probadajuci bol. Ovaj osecaj, smatra se, nastaje usled oticanja jetre, prouzrokujući sirenje debele membrane koja stiti jetru.

HCV može uticati i na druge organe u telu, pored jetre. Kako imuni sistem reaguje na virus, brojni simptomi se mogu pojaviti. Ova stanja se retko javljaju ali se mogu pojaviti česće kod osoba sa HCV-om među njima je rećimo i artritis.

Napredak infekcije zavisi i od uzrasta, pola, koinfekcije sa drugim virusima, konzumiranja alkohola.

Osoba inficirana HCV-om bi trebalo da izbegava masnu, jaku hranu, gazirana pica i alkohol, a o drogi ne bi trebalo ni govoriti.

## Lecenje

Virus se lećenjem ne može izbaciti u potpunosti iz organizma, on se “uspavljuje” ili se samo usporava njegova aktivnost, a uspeh će zavistiti i od stanja jetre pre lećenja i od mnogih faktora. Najnovija istrazivanja pokazuju da ko je dobro reagovao na terapiju i 6 meseci posle je dobio “negativan PCR” test, sanse su minimalne da se virus probudi. PCR testom se utvrđuje ne samo genotip virusa nego i tacan broj kopija virusa u krvi i neophodan je da bi se donela odluka o lećenju. Odredjen broj ljudi mora da prekine lećenje zbog pratećih efekata, pada krvne slike, imuniteta ili jednostavno ne reaguje na terapiju. Kod njih se pokušavaju neke alternativne metode ili ponovno lećenje istim, a prognoze bi trebalo biti dobre. Veliki se naponi ulazu da se pronadje lek ovoj bolesti koja sve više uzima maha. Samo u Americi po poslednjim podacima ima oko 5 miliona zarazenih. Kompanija “La Roche” koja proizvodi lek koji se koristi intenzivno radi na ispitivanjima novih metoda i “obecava da će uskoro izaci novi lekovi”. Ostaje pitanje koliko će im trebati vremena da dodju do nas.

Trenutno najefikasniji tretman za HCV je kombinacija pegilovanog interferona alpha -2a ili 2b i ribavirina. Ako se 6 meseci nakon terapije utvrdi da nema virusa u krvi pacijet je dostigao SVR stanje (stabilan virusoloski odgovor). Kod većine ljudi koji su dostigli SVR, virus se nije vraćao, a ostecenje jetre je zaustavljeno. To sto ga nema u krvi znaci da nije aktivan, antitela ostaju kao i odredjen broj “uspavanih celija virusa”.

Prateći efekti tretmana su normalni za ovaj vid terapije, i mogu biti veoma slicni simptomima HCV-a. Reakcija na tretman se razlikuje od osobe do osobe. Tokom tretmana, kod osoba koje tesko podnose terapiju, neophodno je bolovanje.

Prestajanje sa terapijom, ili smanjenje doze su jedini nacini da se utice na prateće efekte. Neke osobe koje uzimaju interferon imaju prateće efekte toliko teske da su prinudjene da prekinu sa terapijom. Prvi simptom koji se javlja je groznica. Preterano znojenje može se javiti nocu tokom sna, dok kao najteze simptome možemo izdvojiti bol u misicima i zglobovima. Mućnina je česta pojava, može dovesti do gubitka kilaze. Ponekad su prisutni i glavobolja i dijareja. Takodje kao čest simptom se javlja gubitak kose ali on je privremen i obicno ne veliki. Sto se krvne slike tice, oni simtopmi se manifestuju smanjenim broj belih krvnih zrnaca i trombocita, zatim anemijom odnosno niskim hemoglobinom koja sa svoje strane može prouzrokovati poteskoce u disanju, malaksalost, vrtoglavicu i suv kasalj. Krvna slika se redovno prati tokom terapije i smanjenje leukocita, trombocita ili velika anemija dovodi ili do smanjenja doze ili do privremenog prekida terapije. Sa psihicke strane javlja se depresija, odnosno česte promene

raspoloženja koje idu od jakog suicidalnog nagona ka preteranoj agresiji i čest je razlog prestanka terapije. Od redjih simptoma tu su i ranice po ustima, suva, iritirana koža. Tokom terapije i 6 meseci nakon nje nije preporučljivo ostajanje u drugom stanju s obzirom na to da ribavirin može prouzrokovati deformitete kod nerodjene dece.

Dakle, kombinovana terapija pegazisom (pegilovanim interferonom) i ribavirinom (copegus) daje najbolje rezultate. U proseku oko 50% ljudi sa genotipom 1 i 4 i 80% sa genotipima 2 i 3 se izleci tj uspava virus.

Ova terapija je dosta skupa, a godišnje fond koji je osnovala kompanija "La Roche" i naše socijalno osiguranje pokrivaju lečenje za oko 150 pacijenata godišnje što je jako malo. Prednost imaju oni sa većim stupnjem fibroze, koinficirani i sa aktivnim virusima HCV-a.

## Umesto zakljucka

U nasoj zemlji velika je odbojnost prema ljudima zarazenim hcv-om, predrasude su da su u pitanju pre svega narkomani iako je njih i najmanje u zarazenoj populaciji, zatim da HCV ide uz HIV virus. Ljudima se uskracuju najosnovnija prava, ali nazalost to nije novost. Medju zdravstvenim radnicima vlada neverovatno neznanje po pitanju ove bolesti, seminari koje je pre par godina odrzavala prof. Bozic sa infektivne klinike bili su neposeceni, pa cesto pacijenti upucuju svoje lekare na literaturu o HCV-u i informisu ih o mogucnostima lecenja.

Kao sto je napred receno, seksualni nacin prenosnja je redak, 2-3% na godisnjem nivou, svakodnevnih odnosa, a prenos sa majke na dete takodje se uspesno zaobilazi carskim rezom i nedojenjem, procenat zaraze beba je do 5%. Na infektivnoj klinici vode se mnogi mladi parovi, tacnije trudnice i njihova deca se radjaju ne zarazivsi se ovim virusom.

Bolest nije toliko teska koliko je duga, zahteva veliko strpljenje i razumevanje kako zarazenih tako i zdravih osoba. Potrebno je edukovati mnoge, jer zbog njihovog neznanja i cesce sujete da priznaju da ne znaju mnogo o bolesti, oboleli bivaju diskriminisani kako u zdravstvenim ustanovama, na poslu, skoli, drustvu. Zarazeni se osecaju odbaceno i od strane svojih lekara koji bi trebalo da ih lece jer oni cesto nemaju dovoljno vremena da odgovore na sva njihova pitanja i nedoumice i to vodi velikoj depresiji i izolaciji.

Sve je vise mladih ljudi, koje tek ceka zivot, saznavsi da su oboleli razmisljaju o samoubistvu, kako oni nikad nece moci da imaju porodicu i "normalan" zivot, ili sa druge strane potpuno ignorisu cinjenicu da su oboleli i time rizikuju da zaraze jos nekog.

Ova bolest nije ni jeftina, jetra jeste jedan od najvaznijih organa u organizmu i kada ona slabije radi, ceo organizam biva ugrozen. Lecenje je jako skupo oko 15 000 evra ako zarazen ne zeli da ceka komisije i procedure, a ako dodje do ciroze, pokusava se i sa transplantacijom jetre koja kosta oko 100 000 evra i koja je jako rizicna sama za sebe. Sve ovo moze mnoge da zaplasi, blokira i navede da pomisle kako izlaza nema, ali bolest hepatitisa C nije nesto najteze niti najgore sto moze coveka da zadesi. Uz kontrolu ishrane, bez masnog, alkohola, gaziranog, laganih fizickih aktivnosti, dobrog raspolozenja i podrške prijatelja i porodice, na pola puta smo do izlecenja. Sve se vise ubrzavaju istrazivanja oko alternativnih lecenja, novih lekova i nema mesta nikakvoj panici. Zivot je tu nama ispred vrata, ne dozvolimo da nas ceka jer nije vecan!

Zivimo sa ovom bolešću i zivimo zivot dostojan coveka! Nasmesimo se i pogledajmo svet oko sebe, mozda je bas nekom pored nas potrebna pomoc, osmeh i stisak ruke, mozda ce taj neko nestati posle par sekundi, mozda ga muce i teze muke, nemojmo se zatvarati u sebe i ne dozvolimo da nas jedan tako mali stvor pobedi!

Jelena Pasic  
"Ljubitelj" hronicnog hepatitisa C