Hepatita virala A

Rezumat

- Hepatita A este o infectie a ficatului cauzata de virusul hepatic A (VHA)
- Se transmite prin ingestia de alimente sau apa contaminate
- Este mai frecvent intalnita in tarile unde conditiile sanitare sunt precare
- Majoritatea persoanelor infectate cu VHA nu necesita tratament, se recupereza complet, fara complicatii si dobandesc imunitate in urma bolii
- Foarte rar, hepatita A poate avea evolutie severa ce necesita spitalizare
- Exista vaccin disponibil, este sigur si ofera protectie de lunga durata impotriva infectie
- Toate persoanele cu boli hepatice cronice ar trebui vaccinate impotriva hepatitei A

1. **Ce este hepatita A?**
2. **Cum se transmite hepatita A?**
3. **Cat de severa este hepatita A?**
4. **Simptome**
5. **Ce simptome am in timpul infectiei?**
6. **Cum aflu daca am infectia cu VHA?**
7. **Stil de viata recomandat**
8. **Tratament**
9. **Cum pot preveni raspandirea hepatitei A daca aflu ca sunt infectat?**
10. **Cum ma pot proteja impotriva hepatitei A?**
11. **Cum procedez daca suspectez ca am intrat in contact cu VHA?**
12. **Prognostic**
13. **Linkuri utile**

1. Ce este hepatita A?

- Hepatita A este o infectie cauzata de virusul hepatic A (VHA) ce determina inflamatia ficatului si in consecinta, incapacitatea acestuia de a isi indeplini functiile.

2. Cum se transmite hepatita A?

- Virusul hepatic A se gaseste in fecalele si sangele persoanelor infectate.
- Principala cale de transmitere a virusului hepatic A este fecal-orala.
  - De obicei, acest lucru se intampla prin consumarea de bauturi sau alimente contaminate cu cantitati mici, nedetectabile, de materii fecale de la o persoana infectata sau prin înotul în apă contaminată cu reziduuri din canalizare.
  - Aceste situatii sunt intalnite mai des in tarile subdezvoltate, cu conditii sanitare precare.
- Alte modalitati de transmitere sunt contactul fizic apropiat cu o persoana infectata (contact sexual oral-anal) si utilizarea drogurilor recreationale, inclusiv cele care nu sunt injectabile.
- Virusul hepatic A nu se transmite prin tuse, stranut, imbratisare, alaptare.

3. Cat de severa este hepatita A?

- Este o infectie extrem de contagioasa, cu evolutie de scurta durata, ce NU determina complicatii pe termen lung (nu pot dezvolta ciroza sau cancer hepatic).
- Pacientii pot fi asimptomatici sau pot prezenta simptome timp de cateva saptamani pana la cateva luni, insa recuperarea este completa, fara sechele hepatice.
- Cu toate acestea, exista situatii rare de evolutie severa spre hepatita fulminanta (insuficienta hepatica acuta) ce poate fi fatala;
  - este intalnita de obicei in randul persoanelor varstnice, pacientilor cu boli hepatice cronice, pacientilor imunupresati (persoanele cu HIV, cu transplant de organe).

4. Simptome

- Nu toata lumea infectate cu virusul hepatic A prezinta simptome.
- Adultii dezolta mai frecvent simptome decat copiii iar severitatea acestora creste cu varsta. Majoritatea copiilor sub 6 ani sunt asimptomatici.
- In medie, simptomele apar la 4 saptamani de la contactul cu virusul, sunt de intensitate moderata si dispar in cateva saptamani. In unele cazuri, pot persista pana la 6 luni.
- Cele mai frecvente simptome sunt:
  - Icter (ingalbenirea pielii, ochilor, mucoaselor)
  - Prurit (mancarimea pielii)
  - Febra
  - Oboseala
  - Greata
  - Varsatura
  - Dureri abdominale
  - Diaree
  - Scaune decolorate
  - Lipsa poftei de mancare
  - Urina inchisa la culoare
  - Cefalee
  - Dureri musculare

5. Cum aflu daca am infectia cu VHA?

Diagnosticul de hepatita A se bazeaza pe simptome si teste de sange.

Screeningul pentru infectia cu VHA nu este recomandat de rutina. Doar persoanele cu simptome si care suspecteaza ca au intrat in contact cu virusul ar trebui testate.

Cand un virus patrunde in corpul dumneavoastra, sistemul imunitar lupta impotriva lui prin producerea de anticorpi ce va ajuta sa eliminati virusul din organism. Daca ati intrat vreodata in contact cu VHA, testele de sange vor detecta prezenta de anticorpi impotriva hepatitei A. Exista doua tipuri de anticorpi:

Anticorpii impotriva hepatitei A de tip IgM sunt primii anticorpi produsi ca raspuns la detectarea virusului in organism. Daca sunt prezenti in sangele dumnevoastra, inseamna ca ati fost infectat recent si aveti boala numita hepatita A. Poate dura cateva zile pana cand acesti anticorpi sunt produsi de organism si apar in sange, astfel incat daca testarea se face imediat dupa contactul cu virusul, este posbil sa nu fie detectati.

Anticorpii impotriva hepatitei A de tip IgG apar dupa vindecarea de hepatita A sau in cazul in care ati fost vaccinat impotriva VHA si va ofera protectie de lunga durata impotriva virusului. Daca aveti acesti anticorpi, sunteti protejat impotriva hepatitei A.

6. Tratament

Nu exista tratament specific pentru hepatita A. In majoritatea cazurilor, sistemul dumnevoastra imunitar va indeparta virusul din organism si veti incepe sa va simtiti mai bine in cateva saptamani iar functia hepatica isi va reveni complet in 6 luni, fara sechele.

Tratamentul este unul suportiv si consta in odihna, hidratare adecvata, o dieta bogata in fructe si legume, echilibrata caloric, cu portii mici si dese,.

Este interzis consumul de alcool si este de preferat sa evitati consumul de medicamente, sau orice tip de suplimente alimentare care nu v-au fost recomandate de medicul dumnevoastra, intrucat acestea pot contribui la afectarea suplimentara a ficatului.

Daca simptomele persista mai mult de 6 luni, este recomandat sa consultati medicul.

Doar intr-o minoritate de cazuri, hepatita A poate determina leziuni hepatice severe ce necesita spitalizare.

7. Cum pot preveni raspandirea hepatitei A daca aflu ca sunt infectat?

Este important de stiut ca toate persoanele infectate pot contamina orice suprafata ating, inclusiv alimentele, atata timp cat nu isi spala mainile corespunzator dupa folosirea toaletei. Acest lucru este valabil chiar si pentru persoanele care nu prezinta simptome.

-Spalati mainile cu apa si sapun dupa folosirea toaletei

-Evitati contactul cu alte persoane precum si prepararea mancarurilor pentru restul persoanelor din casa dumnevoastra

-Daca sunteti nevoit sa va prezentati la dentisul dumnevoastra sau oricare alt centru de sanatate, informati ca aveti hepatita A inainte de a va prezenta

-Luati legatura cu centrul de transfuzii in cazul in care doriti sa donati sange; daca ati avut hepatita A inaintea varstei de 11 ani, este posibil sa va fie permisa donarea de sange, in caz contrar, acest lucru nu este posibil

8. Cum ma pot proteja impotriva hepatitei A?

Daca ati avut hepatita A in trecut, sunteti protejat impotriva infectiei pentru tot restul vietii si nu va veti mai imbolnavi la un alt contact cu virusul.

Daca nu ati intrat niciodata in contact cu VHA, aveti cateva optiuni pentru a preveni infectarea:

- **Vaccinarea** este cea mai buna cale de protectie impotriva hepatitei A; este sigura si ofera imunitate pe termen lung. Dureaza in medie 2-4 saptamani de la vaccinare pana veti incepe sa fiti protejati

Cum se administreaza vaccinul?

Exista doua 2 tipuri de vaccinuri impotriva hepatitei A.

Prima optiune consta in doua doze administrate la un interval de 6 pana la 12 luni distanta. Pentru a fi complet protejat impotiriva VHA este nevoie de administarea ambelor doze iar pentru asigurarea imunitatii de durata, e recomandat sa nu se depaseaza intervalul de 12 luni intre administrarea dozelor.

A doua optiune disponibila este un vaccin ce va protejeaza atat impotriva hepatitei A cat si impotriva hepatitei B si se administreaza in 3 doze intr-un interval de 6 luni.

Cine ar trebui sa primeasca vaccinul:

- - Toti copiii cu varsta intre 12-23 luni
- - Toti copiii si adolscentii cu varsta intre 2-18 ani ce nu au primit inca vaccinul
- - Persoanele cu patologii hepatice cronice, inclusiv hepatita B sau C
- - Persoanele infectate cu HIV
- - Femeile insarcinate la risc de a contacta infectia cu VHA sau la risc de a dezvolta forma severa in urma infectiei cu VHA
- - Persoanele care calatoresc in tari subdezvoltae
- - Persoane care folosesc orice tip de droguri recreationale
- - Persoanele care au in grija sau sunt in contact cu persoane infectate cu VHA
- - Persoanele in relatii homosexuale
- - Oricine isi doreste imunitate impotriva hepatitei VHA

Cine nu are trebui sa primeasca vaccinul

-persoanele ce au prezentat anterior o reacţie alergică la orice vaccin impotriva hepatitei A sau la oricare dintre componentele vaccinului

- copiii cu varsta sub 1 an

- · **imunoglobulina umana anti-hepatita A**

Preparetele de imunoglobulina anti-hepatita A au un continut crescut de anticorpi impotriva hepatitei A, care ofera protectie pe termen scurt. Sunt administrate pentru prevenirea infectiei VHA in anumite situatii precum: inainte de calatorii in tari unde hepatita A e frecventa, copiii prea

mici pentru a primi vaccinul, persoane alergice la oricare din componentele vaccinului precum si prevenirea infectiei dupa expunerea la VHA.

Spre deosebire de vaccin, aceasta alternativa ofera o protectie imediata insa de scurta durata impotriva infectiei (pana la 2 luni de protectie, in functie de doza)

- · **masuri de igiena sanitara si alimentara**:

-spalati mainile temeinic dupa folosirea toaletei, schimbarea de scutece si inainte de manipularea alimentelor.

-atunci cand calatoriti in tari subdezvoltate: consumati apa imbuteliata sau fierbeti apa de la robient inainte de a o folosi; folositi apa imbuteliata si pentru periajul dintilor, spalatul fructelor si legumelor, evitati consumul alimentelor, bauturilor sau cuburilor de gheata din surse nesigure.

-evitati sa inotati in ape care ar putea fi contaminte cu reziduuri din canalizare

9. Cum procedez daca suspectez ca am intrat in contact cu VHA?

Daca suspectati ca ati intrat in contact cu virsul hepatic A, luati legatura cu medicul. Administrarea primei doze din vaccinul pentru hepatita A sau a unei doze de imunoglobulina umana anti-hepatita A, cat mai repede posibil dupa expunere (primele 2 saptamani), va pot proteja impotriva imbolnavirii.

10. Prognostic

- Spre deosebire de alte tipuri de hepatita virala, hepatita A nu cauzeaza leziuni hepatice de lunga durata si nu evolueaza spre boala hepatica cronica.
- Majoritatea persoanelor infectate cu VHA se recupereza complet, fara complicatii si dobandesc imunitate in urma bolii.
- In cazuri rare, hepatita A poate avea o evolutie severa cu disfunctie hepatica acuta ce va necesita spitalizare pentru tratament sau chiar transplant hepatic. Aceasta situatie este mai frecventa in randul persoanelor varstnice, imunocompromise sau cu boala hepatica cronica.

11. Linkuri utile

https://britishlivertrust.org.uk/information-and-support/liver-conditions/hepatitis-a/recovery

https://www.niddk.nih.gov/health-information/liver-disease/viral-hepatitis/hepatitis-a

https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hepatitis-a/symptoms-causes/syc-20367007

https://www.cdc.gov/hepatitis/hav/afaq.htm

https://www.uptodate.com/contents/hepatitis-a-the-basics

https://www.cdc.gov/hepatitis/abc/index.htm

https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hepatitis-a