Hepatita virala B

Alte denumiri: hepatita B, hepatita VHB, infectie cu B sau VHB.

Rezumat

- · Hepatita cronica B este frecventa in Romania.
- · Principala metoda de preventie este vaccinarea pentru VHB.
- · Calea de transmisie este prin contactul cu sangele (cel mai frecvent se ia la nastere de la mama infectata, dar si prin folosirea in comun de obiecte ascutite cu persoanele infectate, contactul sexual neprotejat cu cineva infectat).
- · Pacientii cu hepatita cronica B pot avea o viata normala, pot avea o familie si copii care nu vor lua boala daca se vaccineaza.
- · Tratamentul in Romania se face momentan cu PegInf (perioada scurta) sau tratament oral (entecavir, tenofovir- toata viata), cu eficienta foarte buna.

1. **Ce este hepatita B?**
2. **Cauza hepatitei B**
3. **Cum previn transmisia virusului B?**
4. **Cat de frecventa este hepatita B in Romania si la nivel international?**
5. **Ce simptome am in timpul infectiei?**
6. **Ce investigatii voi face pentru a diagnostica hepatita B?**
7. **Stil de viata recomandat**
8. **Ce tratament voi primi pentru hepatita B in Romania?**
9. **Ce complicatii pot aparea pe parcursul infectiei?**
10. **Cum voi fi urmarit pentru hepatita B?**
11. **Sarcina si alaptarea in hepatita B**
12. **Pacienti cu boli cronice renale in hepatita B**
13. **Mituri si realitati in hepatita virala B**
14. **Unde ma pot adresa daca am hepatita B?**
15. **Cui trebui sa spun ca am infectie cu virusul hepatitic B?**
16. **Linkuri utile**

1. Ce este hepatita B?

- Hepatita B este o inflamatie a ficatului data de virusul hepatitei B. Ficatul reactioneaza la infectia cu virusul hepatitei B prin activarea celulelor inflamatorii ca raspuns la prezenta virusului in ficat (aceste celule incearca sa elimine virusul).
- Infectia cu virusul B poate fi acuta (cand inflamatia din ficatul reuseste sa elimine virusul) sau cronica (cand inflamatia nu reuseste sa elimine virusul si inflamatia devine continua, in incercarea de a elimina virusul din ficat).
- Infectia acuta (care trece spontan in maxim 6 luni) este frecventa la cei ce se infecteaza peste varsta de 5 ani (copii peste 5 ani si adulti). 25-50% din copiii ce iau infectia intre varsta de 1- 5 ani fac hepatita cronica B. 90% din copii ce iau hepatita B la nastere de la mama dezvolta hepatita cronica B.

2. Cauza hepatitei B

- Hepatita B este data de virusul hepatitei B, un virus extrem de mic, vizibil doar cu microscopul electronic (are 42 nm), ce se afla in sangele persoanelor infectate.
- Contactul cu sangele persoanelor infectate duce la infectie, astfel o persoana poate lua hepatita B: la nastere de la mama infectata, prin contact sexual neprotejat, prin folosirea unor obiecte ascutite in comun cu persoanele infectate (unghiera, furculita, cercei, lama de ras), prin utilizarea aceluiasi ac/seringa pentru injectarea de droguri iv, prin risc profesional de exemplu in cazul asistentelor/chirurgilor, prin efectuarea de tatuaje/piercieng-uri/injectii efectuate de personae neavizate.
- Transfuziile de sange/ transplantul de organe – nu mai reprezinta in prezent un factor de risc semnificativ pentru acest virus intrucat se efectueaza testare pentru virusurile hepatice si HIV inainte de administrare/transplantare. Cabintele de medicina stomatologica/interventiile chirurgicale/ diverse proceduri – risc extrem de scazut, intrucat metodele de sterilizare actuale sunt de inalta calitate.

3. Cum previn transmisia virusului B?

- Cea mai buna metode de preventie pentru infectarea cu virusul hepatitei B este vaccinarea pentru acest virus. Vaccinarea pentru hepatita B face parte din vaccinurile obligatorii in tara noastra si se efectueaza gratis la varsta de 0 (in primele 24 de ore de la nastere – in maternitate), 2, 4 si 11 luni – la medicul de familie.
- Vaccinarea la varsta adulta se recomanda in cazul persoanelor la risc (risc profesional, membru in familie cu VHB) si se efectueaza o doza booster (doar o doza pentru cei ce au fost vaccinati in copilarie) sau schema de vaccinare completa (la adult se vaccineaza 3 doze in total: o prima doza, apoi la o luna, apoi la 6 luni), cu scopul de a obtine titru protector de anticorpi impotriva virusului B (Ac anti Hbs>10mUI/ml).
- Daca aveti hepatita B, recomandati persoanelor din familie sa se testeze pentru hepatita B (cu Ag Hbs, Ac anti Hbs, Ac anti Hbc)- daca sunt negative neaparat trebuie sa se vaccineze pentru virusul B, pentru a nu lua infectia de la dvs/din alta parte.
- Evitarea contactului cu sangele persoanelor infectate previne infectia: evitarea contactelor sexuale neprotejate, a folosirii obiectelor ascutite in comun cu persoanele infectate si folosirea echipamentului de protectie in cazul celor expusi profesional la sangele altor personae.
- Administrarea de vaccin pentru VHB si a imunoglobulinei anti VHB la nastere pentru bebelusii nascuti din mame infectate – previne infectia bebelusului.
- Campanii de screening la nivel national duc la diagnosticul precoce al infectiilor virale cronice – de exemplu testarea gravidelor pentru virusul B, C si HIV.
- Microcampanii de screening – de tipul proiectului LIVE-(RO) – ce a testat cu teste rapide pentru VHB si VHC, in diverse zone rurale din Romania sau in penitenciare, a dus la diagnosticarea multor pacienti care nu aveau acces facil la serviciile de sanatate.
- Pacientii fara hepatita B, cu cancere/boli autoimune/reumatologice/transplant de organe, ce necesita medicatie ce va scadea imunitatea (chimioterapie/anticorpi monoclonali/imunosupresoare) trebuie sa fie indrumati de medic sa fac analize extinse pentru hepatita B: Ag Hbs, Ac anti Hbc, Ac anti Hbs (nu doar Ag Hbs) pentru a vedea daca au avut candva hepatita B acuta (risc de reactvare a bolii).

4. Cat de frecventa este hepatita B in Romania si la nivel international?

- Romania este considerata zona cu numar crescut de cazuri de infectie cronica cu VHB. Se estimeaza ca 5 din 100 de romani au hepatita cronica B, iar 27 din 100 de romani au avut infectie acuta B. Aceste numere sunt probabil mult scazute fata de realitate, datorita lipsei de acces la testele virale in zonele restrictionate (zone rurale, penitenciare, diverse etnii, personae neasigurate).
- La nivel international, numarul de cazuri de hepatita B variaza foarte mult, cu cazuri putine in vestul Europei si Statele Unite ale Americii, cu cazuri multe (zone endemice) in estul Europei, Asia si Africa.

5. Ce simptome am in timpul infectiei?

- Simptomele variaza de la o persoana la alta si apar in general in 3-7 saptamani de la infectie. Cele mai frecvente simptome raportate sunt:
  - Oboseala extrema
  - Febra persistenta >3 zile
  - Dureri musculare si/sau articulare
  - Lipsa poftei de mancare
  - Greata si varsaturi
  - Durere abdominala continua
  - Colorarea in galben a pielii si a albului ochilor
  - Urina maro
  - Scaune albe

6. Ce investigatii voi face pentru a diagnostica hepatita B?

- Analize de sange:
  - transaminaze (TGO, TGP), enzime ale cailor biliare (GGT, fosfataza alcalina), bilirubina totala, directa si indirecta – arata daca exista inflamatie la nivelul ficatului.
  - INR si albumina – arata daca functia ficatului este afectata.
  - AFP – marker tumoral hepatic – cand creste ridica suspiciunea unui cancer hepatic, insa uneori poate fi usor crescut si in inflamatia hepatica.
  - Ag Hbs, Ac anti Hbs, Ac anti Hbc – markeri virali- pun diagnosticul de infectie acuta/cronica cu virus hepatitic B.
- daca markerii virali arata infectie cu VHB – se va efectua viremia (ADN VHB) – care arata incarcarea virala a ficatului cu virusul B – in functie de aceasta valoare (in combinatie cu rezultatul elastografiei descrise mai jos, se hotaraste inceperea tratamentului).
- Pentru analizele de sange se recomanda alegerea unui laborator acreditat si repetarea analizelor (in mod special in cazul viremiilor) la acelasi laborator, pentru a evita erorile dintre laboratoare.
- Ecografie abdominala: evalueaza ficatul pentru prezenta complicatiilor ce pot aparea (ciroza hepatica sau hepatocarcinom)
- Elastografia (Fibroscan): evalueaza cat de rigid este ficatul (daca a aparut complicatia ciroza – ficatul este rigid intrucat celulele hepatice au fost distruse, iar tesutul fibros care a inlocuit celulele hepatice este foarte rigid). Fibroza sau rigiditatea apar la valori>7kPa la elastografie. Ciroza apare la > 11kPa.
- Ca alternativa la Fibroscan, se poate efectua Fibromax (folosind parametrii obtinuti din analizele de sange) – in functie de ce este accesibil pentru pacient.
- Pentru toate investigatiile de mai sus, pacientul trebuie sa fie nemancat in dimineata respectiva. Investigatiile sunt non-invazive si nu produc durere/discomfort.
- Punctia biopsie hepatica – nu este de rutina necesara, se poate folosi doar atunci cand afectarea hepatica nu poate fi explicata doar de prezenta virusului B.

7. Stil de viata recomandat

- Se recomanda un stil de viata sanatos.
- Hidratare adecvata, 2L de lichide/zi.
- Dieta echilibrata, ideal de tip mediteranean (peste, carne slaba gatita la cuptor, multe fructe si legume proaspete, cereal integrale: paste integrale, orez integral).
- A se evita grasimile, conservantii (ex: mezeluri, conserve), toxicele hepatice (alcool, suplimente naturiste ce nu au fost in mod clar prescrise si recomandate de medic). Fumatul agraveaza de asemenea bolile hepatice si trebuie oprit.
- Miscare zilnica minim 30 minute/zi exercitiu fizic de intensitate moderata (a se evita exercitiu fizic extrem de solicitant).
- Pentru pacientii supraponderali sau obezi se recomanda minim 45 de minute de exercitiu fizic moderat /zi pentru a scadea incarcarea cu grasime a ficatului ce poate agrava inflamatia din ficat.
- Se recomanda evitarea turelor de noapte. Se recomanda minim 7 ore de odihna/pe noapte pentru barbati si minim 8 ore/pe noapte pentru femei.

8. Ce tratament voi primi pentru hepatita B in Romania?

- Hepatita acuta VHB nu necesita tratament antiviral intrucat de regula se vindeca spontan. Se pot administra medicamente pentru a controla simptomele.
- Hepatita cronica VHB se poate trata in 2 moduri, compensate 100% (gratis pentru persoanele asigurate):
  - Cu interferon pegylat (PEG INF) – stimuleaza sistemul imun pentru a lupta cu infectia si duce la eliminarea virusului. Se administreaza prin injectii subcutane (exemplu: similar cu insulina)
    - o data pe saptamana, 48 de saptamani.
      - Daca raspundeti la acest tratament, nu va mai fi nevoie de alt tratament.
      - Din pacate un procent mic de pacienti raspund la acest tratament.
      - Numeroase efecte adverse au fost raportate (lipsa poftei de mancare, oboseala, greata sau varsaturi, caderea parului, risc mare de infectii, insomnia, agitatie, reactii adverse psihiatrice)
  - Cu terapie antivirala orala – pe termen nelimitat (entecavir sau tenofovir).
    - Aceste comprimate se iau zilnic, NU SE OPRESC SUB NICI O FORMA, FARA A SE DISCUTA CU MEDICUL INAINTE (oprirea medicamentului cu vointa/lipsa medicamente poate duce la rezistenta virusului la acest medicament, iar asta poate duce la lipsa de raspuns si necesar de alt tratament).
    - Astfel pacientul trebuie sa se asigure mereu ca are suficiente comprimate in casa pana ajunge la medic pentru reteta.
    - Majoritatea pacientilor raspund la acest tratament, fara efecte adverse importante, insa se va lua pe termen nedefinit.

9. Ce complicatii pot aparea pe parcursul infectiei?

- Hepatita cronica cu VHB poate duce la doua complicatii majore:
- Ciroza hepatica
  - inflamatia repetata duce la moartea celulelor hepatice si inlocuirea lor cu celule fibroase, dure (tesut cicatricial, fara nici o functie), proces denumit fibroza hepatica (daca fibroza hepatica, numita si rigiditate hepatica, este mare si inlocuieste aproape tot ficatul atunci s-a atins stadiul de ciroza hepatica). In acest caz, ficatul nu isi mai face functia.
  - Prin urmare, ficatul nu va mai produce proteine, ducand la acumularea lichidului in abdomen (ascita) si umflarea gleznelor, tulburari de coagulare a sangelui (predispozitia spre sangerare), pierderea masei musculare (corpul va folosi proteinele din muschi) cu toleranta scazuta la efort si oboseala generalizata.
  - De asemenea, sangele va circula cu dificultate in vena porta (vena care aduce nutrientii din intestin la ficat) si se va redirija fluxul sanguin catre alte teritorii, astfel aparand varicele esofagiene si gastrice (risc mare de sangerare, manifestate prin varsatura cu sange rosu/in zat de cafea sau prin scaune negre) si varice anorectale (cu sangerare mai putin importanta).
  - O alta complicatie a cirozei poate fi somnolenta exagerata/agitatia/pierderea starii de constienta (cunoscute sub numele de encefalopatie hepatice) si se datoreaza sangelui incarcat cu produsi din intestin care nu mai sunt “curatati” de ficat si pot ajunge in circulatia cerebrala (de exemplu amoniul).
- Cancerul hepatic (carcinomul hepatocelular) poate aparea pe un ficat cirotic (predispune la formarea cancerului) sau pe o hepatita cronica VHB (virusul VHB are efect cancerigen pe celula hepatica), de aceea acesti pacienti necesita monitorizare imagistica regulata.
- Ambele complicatii pot fi indicatie pentru transplantul hepatic.

10. Cum voi fi urmarit pentru hepatita B?

- Monitorizarea se va face pentru a evalua raspunsul la tratament, cat si pentru a depista aparitia complicatiilor de tip ciroza sau cancer hepatic.
  - La 12 luni in cazul hepatitei cronice VHB cu analizele de sange amintite mai sus, ecografie abdominala si elastografie.
  - La 3-6 luni in caz de ciroza hepatica cu aceleasi investigatii, cu mentiunea ca daca ecografic se deceleaza noduli cu aspect suspect, se va face tomografie computerizata (CT) sau rezonanta magnetica (IRM)

11. Sarcina si alaptarea in hepatita B

- Femeile gravide pot naste atat prin nastere naturala, cat si prin cezariana, alegerea tipului de nastere se face independent de prezenta virusului B.
- Femeile gravide cu VHB trebuie sa monitorizeze nivelul viremiei in timpul sarcinii, daca nivelul va creste este posibil sa necesite initierea terapiei orale antivirale in timpul sarcinii.
- La nastere bebelusul va primi vaccin antiVHB si imunoglobuline antiVHB, ceea ce protejeaza bebelusul si acesta nu va lua infectia de la mama.
- Mama cu VHB poate alapta, bebelusul este vaccinat in maternitate pentru hepatita B si primeste imunoglobuline VHB, ce il protejeaza impotriva contractarii bolii.

12. Pacienti cu boli cronice renale in hepatita B

- Pacientii cu boli cronice renale vor avea tratamentul ajustat in functie de Clearance-ul la creatinina.

13. Mituri si realitati in hepatita virala B

- **Realitati:**
  - Hepatita B este o infectie virala foarte frecventa la nivel mondial, deci nu esti singurul care trece prin asta.
  - De regula, infectia cronica B este luata la nastere.
  - Pacientii cu hepatita cronica B au o viata normal, pot avea copii si partener fara a le transmite infectia, vaccinarea este o metoda sigura de preventie.
  - Hepatita cronica B poate fi tratata si controlata.
- **Mituri:**
  - Hepatita cronica B se ia usor prin orice contact cu o persoana infectata. **FALS!!!** Nu vei transmite hepatita B prin mancare, imbratisare,tuse sau stranut, hepatita B se transmite prin contactul cu sangele (cel mai frecvent prin contact sexual neprotejat).
  - Pacientii cu hepatita cronica B nu pot lucra ca asistente sau medici chirurgi**. FALS!!!** Poti lucra in sistemul de sanatate ca asistent sau medic, cu conditia ca infectia cronica cu VHB sa fie tratata si monitorizata.
  - Mamele infectate cu VHB nu au voie sa alapteze. **FALS!!!**
  - Mamele cu VHB pot alapta daca bebelusul a primit schema de preventie la nastere (prima doza de vaccin si imunoglobuline antiVHB).

14. Unde ma pot adresa daca am hepatita B?

- Medicului de familie ce va va indruma catre ambulatorul de gastroenterologie pentru a fi luat in evidenta pentru infectia cronica cu VHB si veti fi urmarit de catre medicul gastroenterolog la 3-6-12 luni in functie de stadiul bolii
- Celei mai apropiate camera de garda in caz de urgente: sangerari prin varsatura (sange rosu/in zat de cafea), scaun rosu abundent amestecat cu scaunul sau scaun negru. De asemenea, pentru stare de somnolenta continua/pierderea starii de constienta trebuie sa va prezentati de urgenta la spital intrucat puteti avea encefalopatie hepatica.
- Asociatiei pacientilor cu afectiuni hepatice www.hepato.ro

15. Cui trebui sa spun ca am infectie cu virusul hepatitic B?

- Personalului medical din ambulator/spital/laborator de analize/cabinet stomatologic
- Medicului de familie
- Membrilor familiei – pentru a se vaccina impotriva VHB
- Persoanelor cu care am contact sexual – pentru a se proteja in timpul actului sexual si pentru a se vaccina.
- Angajatorului daca ma voi angaja intr-o profesie ce ma expune la sangele altor persoane (asistente medicale/chirurgic etc)

LINKURI UTILE

www.hepato.ro

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

https://www.cdc.gov/hepatitis/hbv/patienteduhbv.htm

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