

Wirusowe zapalenie wątroby typu C: Co teraz?

Broszura informacji o wynikach dla pacjenta

Wirusowe zapalenie wątroby typu C to infekcja wątroby spowodowana wirusem zapalenia wątroby typu C. Ponieważ wynik badania na obecność wirusa był pozytywny, będziesz teraz musiał(a) otrzymać skierowanie do przychodni specjalistycznej, na przykład na oddział chorób wątroby w Royal Victoria Hospital w Belfast lub do lokalnie przyjmującego gastroenterologa specjalizującego się w wirusowym zapaleniu wątroby. Zostaniesz umówiony(-a) na wizytę dzienną, aby zostały przeprowadzone dalsze badania, wykonane USG i ewentualnie biopsja wątroby.

Czy mogę się leczyć?

Możliwe jest, że organizm sam zwalczy infekcję i pozbędzie się jej naturalnie. Jeśli jednak Twój system odpornościowy nie był w stanie zwalczyć wirusa, możesz być leczony(-a) farmakologicznie. U niektórych osób może rozwinąć się łagodne lub umiarkowane uszkodzenie wątroby, co, w niektórych przypadkach, może rozwinąć się w marskość wątroby (bliznowacenie) po 20-40 latach, co może z kolei prowadzić do wystąpienia niewydolności wątroby lub raka tego narządu.

Jak mogę uniknąć przeniesienia wirusa?

Możesz zapobiec zarażeniu wirusem innych osób poprzez:

- nie dzielenie się z nimi igłami ani innym sprzętem do wstrzykiwania substancji;
- uprawianie „bezpiecznego seksu” z użyciem prezerwatywy;
- nie dzielenie osobistych przyborów toaletowych, takich jak szczoteczka do zębów, maszynka do golenia czy nożyczki do paznokci;
- wykonywanie tatuażu czy kolczykowania ciała tylko przy użyciu sterylnych narzędzi;
- unikanie narażenia na kontakt z krwią poprzez zaklejenie skaleczeń plastrami wodoodpornymi do czasu ich zagojenia;
- nie noszenie karty dawcy, nie oddawanie krwi, nasienia czy produktów krwiopochodnych;
- zmywanie plam z krwi na podłodze czy powierzchniach roboczych za pomocą domowego wybielacza.

Jeśli martwią Cię jakiegokolwiek możliwe zagrożenia, porozmawiaj o tym z pielęgniarką lub swoim lekarzem.

Co mogę zrobić, aby sobie pomóc?

Należy podjąć działania, które będą chronić wątrobę przed dalszymi uszkodzeniami:

Alkohol – spożywanie alkoholu może przyspieszyć progresję choroby wątroby, najlepszym rozwiązaniem jest zatem całkowite odstawienie alkoholu. Jeśli czujesz, że powstrzymanie się od picia alkoholu może być dla Ciebie trudne lub zazwyczaj pijesz dużo, poinformuj o tym lekarza lub pielęgniarkę – w razie potrzeby mogą oni zaoferować pomoc.

Dieta – należy dążyć do jedzenia regularnych, dobrze zbalansowanych posiłków.

Aktywność fizyczna – możesz odczuwać zmęczenie lub być apatyczny(-a), co będzie bezpośrednim skutkiem obecności wirusa w organizmie. Nie zaleca się wykonywania wyczerpujących zestawów ćwiczeń, ale łagodna aktywność fizyczna, która nie sprawia, że czujesz się zmęczony(-a) może być korzystna dla Twojego ogólnego samopoczucia.

Lekarstwa – większość lekarstw uważa się za bezpieczne, jednak zaleca się, aby zawsze sprawdzić ulotkę informacyjną i omówić wszelkie wątpliwości z lekarzem, farmaceutą lub pielęgniarką.

Przyjmowanie narkotyków – niektóre narkotyki mogą bezpośrednio wpływać na wątrobę i jej funkcjonowanie. Przed rozpoczęciem leczenia należy zaprzestać przyjmowania wszelkich narkotyków z powodów niemedycznych oraz narkotyków miękkih. Jeśli czujesz, że może to być dla Ciebie problemem lub chciał(a)byś uzyskać pomoc w tym zakresie, poinformuj swojego lekarza lub pielęgniarkę. Pamiętaj: im bardziej szczerzy(-a) będziesz wobec nich, tym lepsze leczenie i opiekę otrzymasz.

Co wiąże się z wystąpieniem wirusowego zapalenia wątroby typu C w ciąży?

Jeśli jesteś w ciąży i wykryto u Ciebie obecność wirusa zapalenia wątroby typu C, wyspecjalizowana pielęgniarka może udzielić Ci szczegółowych informacji.

Czy należy komukolwiek powiedzieć o wirusie?

Niestety, wirusowe zapalenie wątroby typu C nadal jest w pewnym stopniu piętnowane, dlatego należy być ostrożnym, jeśli chodzi o informowanie o tym osób z otoczenia. Jednak wsparcie rodziny i przyjaciół może pomóc. Informacje medyczne na Twój temat są poufne i mogą zostać ujawnione towarzystwu ubezpieczeniowemu i podobnym instytucjom tylko za Twoją zgodą. Nie masz obowiązku informowania o tym pracodawcy, jednak możesz to zrobić, aby uzyskać wsparcie. Ostateczna decyzja o tym, komu powiesz o chorobie zależy od Ciebie. Pielęgniarka chętnie o tym z Tobą porozmawia.

Gdzie mogę uzyskać więcej informacji?

Kliniczne pielęgniarki specjalistyczne (hepatologia)
Oddział 6D, Royal Victoria Hospital (RVH)
Tel.: 077 8888 3457 lub 028 9063 3335

RVH Liver Support Group
Tel.: 077 3771 8493
www.rvhliversupportgroup.org

Northern Ireland Hepatitis C Managed Clinical Network
www.hepcni.net

Fundusz British Liver Trust (BLT)
Infolinia: 014 2548 1320 (9.00–17.00, pon.–pt.)
www.britishlivertrust.org.uk

Fundusz Hepatitis C Trust
Tel.: 0845 223 4424 (10.30–16.30, pon.–pt.)
www.hepctrust.org.uk

UK Hepatitis C Resource Centre
Tel.: 0870 242 2467 (9.00–17.00, pon.–pt.)
www.hepccentre.org.uk

Aby otrzymać kopie publikacji wydanych przez Public Health Agency, wejdź na stronę www.publichealth.hscni.net



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street
Belfast BT2 8BS
Tel: 0300 555 0114 (local rate)
www.publichealth.hscni.net