

# Ηπατίτιδα C

“Η σιωπηλή νόσος”



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΕΛΕΤΗΣ ΗΠΑΤΟΣ

Αθήνα, Απρίλιος 2011



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΜΕΛΕΤΗΣ ΗΠΑΤΟΣ**

## **ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ**

**Πρόεδρος**  
Σπυρίδων Π. Ντουράκης

**Αντιπρόεδρος**  
Στ. Καραταπάνης

**Γραμματέας**  
Ι. Ελευσινιώτης

**Ταμίας**  
Σ. Κουτσουνάς

**Μέλος**  
Ι. Γουλής

Γραμματεία: Λ. Δημοκρατίας 67,  
154 51 Ν. Ψυχικό, Αθήνα  
Τηλ/Fax : 2 10 67 48 56 1  
e-mail: eemh@otenet.gr  
www.eemh.gr

**Επιμέλεια κειμένου: Σπυρίδων Π. Ντουράκης**

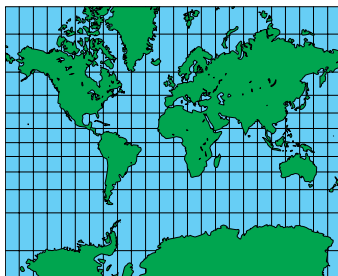
## Επιδημιολογία

**Τι είναι και πού οφείλεται η ηπατίτιδα C;**

**Πρόκειται για φλεγμονή του ήπατος που οφείλεται στον ιό της ηπατίτιδας C.**

Η ηπατίτιδα C αποτελεί ένα από τα συχνότερα αίτια ηπατικής νόσου παγκοσμίως. Ειδικότερα στην Ελλάδα, υπολογίζεται ότι περίπου 1-2 % του γενικού πληθυσμού, (100.000-200.000 άνθρωποι), έχουν χρόνια λοίμωξη από τον ιό της ηπατίτιδας C. Η υψηλότερη συχνότητα ηπατίτιδας C συναντάται σε άτομα ηλικίας 40 - 60 ετών.

Οι νέες περιπτώσεις ηπατίτιδας C έχουν ελαττωθεί αρκετά μετά την αρχή της δεκαετίας του 1990, κυρίως λόγω του υποχρεωτικού ελέγχου του αίματος και των παραγώγων του (πλάσμα, παράγοντες της πήξης), της βελτίωσης των συνθηκών νοσηλείας στα νοσοκομεία και των σύγχρονων κανόνων αποστείρωσης.



Όμως, πολλές παλαιές περιπτώσεις ηπατίτιδας C παραμένουν ακόμη αδιάγνωστες και οι πάσχοντες δεν το γνωρίζουν. Έτσι ο αριθμός των διαγνωσμένων ασθενών με ηπατίτιδα C αναμένεται να αυξηθεί σημαντικά εντός της επόμενης δεκαετίας με την ανεύρεση των παλαιών αυτών ασθενών.

## Τρόποι Μετάδοσης

**Πώς μεταδίδεται ο ιός της ηπατίτιδας C;**

**Συνήθεις τρόποι μετάδοσης είναι:**

- **Χρήση ενδοφλέβιων ναρκωτικών.** Είναι ο κύριος τρόπος μετάδοσης στην εποχή μας. Περισσότεροι από 80% των ατόμων που έχουν κάνει (έστω και βραχεία) ενδοφλέβια χρήση τοξικών ουσιών έχουν ηπατίτιδα C. Τα προγράμματα θεραπείας με μεθαδόνη, δωρεάν χορήγησης βελονών, συρίγγων μιας χρήσης και επιμόρφωσης - τροποποίησης των επικίνδυνων συμπεριφορών μπορεί να βοηθήσουν στον περιορισμό της διασποράς της ηπατίτιδας C στους χρήστες ενδοφλέβιων ναρκωτικών.



- **Μετάγγιση αίματος ή παραγώγων του (πλάσμα, παράγοντες της πήξης) πριν από το 1992.** Ήταν ο κύριος τρόπος μετάδοσης του ιού πριν από το 1992 («Ηπατίτιδα μετά από μετάγγιση»). Ο τρόπος αυτός μετάδοσης ήταν πολύ συχνός σε πολυμεταγγιζόμενους (π.χ. ασθενείς με μεσογειακή αναιμία) και σε ασθενείς με διαταραχές της πήξης (π.χ. αιμορροφιλία). Ο ιός ηπατίτιδας C ανακαλύφθηκε το 1989 και ο γενικευμένος έλεγχος του αίματος στα κέντρα αιμοδοσίας ξεκίνησε

στην Ελλάδα και διεθνώς στην αρχή του 1992. Οι μεταγγίσεις αίματος και παραγώγων του (πλάσμα, αιμοπετάλια, παράγοντες της πήξης) είναι σήμερα ασφαλείς.

## Τρόποι Μετάδοσης

- **Μεταμόσχευση μολυσμένου οργάνου στο παρελθόν (πριν από το 1992).** Οι μεταμοσχεύσεις οργάνων θεωρούνται σήμερα απόλυτα ασφαλείς.

- **Αιμοκάθαρση (τεχνητός νεφρός).** Ο τρόπος αυτός μετάδοσης του ιού ηπατίτιδας C έχει ελαττωθεί σημαντικά τα 10 τελευταία χρόνια. Οι σύγχρονες μονάδες τεχνητού νεφρού είναι ασφαλείς.

- **Ιατρικές πράξεις** (τρύπημα με βελόνα ή μολυσμένο εργαλείο) και **επεμβάσεις αισθητικής** (τατουάζ, τρύπημα σημείων του σώματος κλπ). Παλαιότερα ήταν συχνός τρόπος μετάδοσης (χρήση βελονών και συρίγγων πολλαπλών χρήσεων ή μολυσμένων εργαλείων), ιδιαίτερως σε χώρες με χαμηλό κοινωνικοοικονομικό επίπεδο. Ο παραπάνω τρόπος μετάδοσης ηπατίτιδας C είναι πλέον πολύ μικρός, εάν τηρούνται οι κανόνες αποστείρωσης και ορθής νοσηλείας. Η πιθανότητα μετάδοσης ηπατίτιδας C μετά από ένα τρύπημα με μολυσμένη βελόνα είναι περίπου 2-6%.



- **Η σεξουαλική μετάδοση** του ιού ηπατίτιδας C είναι σπάνια. Μόλις 2-4% των σταθερών ερωτικών συντρόφων ασθενών με ηπατίτιδα C βρίσκονται να έχουν μολυνθεί, συχνά ίσως και λόγω έκθεσης στο ίδιο παράγοντα (π.χ. χρήση βελόνων πολλαπλών χρήσεων - ναρκωτικών). Ασθενείς με ηπατίτιδα C και έναν μόνιμο ερωτικό σύντροφο μπορούν να έχουν ελεύθερες ερωτικές επαφές και δεν χρειάζεται να χρησιμοποιούν υποχρεωτικά προφυλακτικό. Η πιθανότητα σεξουαλικής μετάδο-

## Τρόποι Μετάδοσης

σης αυξάνει σε άτομα με πολλαπλούς ερωτικούς συντρόφους, με σεξουαλικές πρακτικές μεγάλου κινδύνου να προκαλέσουν αιμορραγία ή με ερωτικές σχέσεις κατά τη διάρκεια της εμμηνουρσίας. Η χρήση ελαστικών προφυλακτικών είναι απολύτως απαραίτητη στις παραπάνω περιπτώσεις.

- **Η κάθετη μετάδοση (από μητέρα σε παιδί κατά τον τοκετό)** είναι επίσης σπάνια. Συμβαίνει στο 2-5%. Η πιθανότητα μετάδοσης αυξάνει σε 20% όταν πρόκειται για μητέρες που πάσχουν από συλλοίμωξη με τον ιό του AIDS. Η καισαρική τομή δεν ελαττώνει την πιθανότητα μετάδοσης και δεν θα πρέπει να επιλέγεται μόνο για αυτό το λόγο. Ο θηλασμός δεν μεταδίδει τον ιό της ηπατίτιδας C και δεν πρέπει να διακόπτεται ή να αποφεύγεται.

- **Ενδοοικογενειακή μετάδοση του ιού.** Είναι σπάνια. Το κάθε άτομο μιας οικογένειας πρέπει να έχει ατομικά δικά του και να μην μοιράζεται με άλλους αντικείμενα που μπορεί να έλθουν σε επαφή με αίμα, όπως ξυραφάκια, οδοντόβουρτσες, νυχοκόπτες, αποτριχωτικές συσκευές κ.α. Η χλωρίνη αποτελεί το καλύτερο μέσο για καθαρισμό - απολύμανση των μολυσμένων με αίμα αντικειμένων.

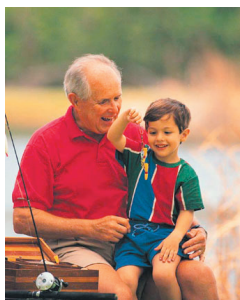
- **Άγνωστος τρόπος μετάδοσης (σποραδικές περιπτώσεις).** Στα 30-40% των ασθενών με ηπατίτιδα C δεν αποκαλύπτεται ποτέ έκθεση σε κάποιο γνωστό παράγοντα κινδύνου (αφανής παρεντερική μετάδοση).

Σε αυτές τις περιπτώσεις, η μετάδοση του ιού συχνά οφείλεται σε παλαιότερη χρήση μολυσμένων βελονών και συρίγγων πολλαπλών χρήσεων (ο απλός βρασμός δεν σκοτώνει τους ιούς) που ήταν πολύ συχνή πριν από το 1980 ή σε παλαιότερες νοσοκομειακές νοσηλείες.

## Τρόποι Μετάδοσης

### Πώς δεν μεταδίδεται ο ιός;

- Με τις συνήθειες δραστηριότητες στην εργασία και στο σπίτι
- Με το κράτημα του χεριού
- Με το φτάρνισμα ή το βήχα
- Με το αγκάλιασμα ή το φιλί
- Με την κατανάλωση τροφίμων ή ποτών
- Με την κοινή χρήση ποτηριών ή πιάτων
- Με το θηλασμό
- Με τη μετάγγιση ελεγχόμενου αίματος ή παραγώγων του



Οι ασθενείς με ηπατίτιδα C δεν πρέπει να υποβάλλονται σε κανένα περιορισμό από οποιαδήποτε είδος εργασίας, απασχόλησης ή άθλησης. Οι πάσχοντες δεν χρειάζεται να χρησιμοποιούν προσωπικά σκεύη φαγητού, ατομικές πετσέτες ή ατομικές τουαλέτες. Ο φόβος μετάδοσης του ιού στα παιδιά στα πλαίσια της οικογένειας (με το αγκάλιασμα ή το φίλημα από γιαγιάδες, παπούδες κλπ) είναι αδικαιολόγητος.

### Πώς προλαμβάνεται η ηπατίτιδα C;

Δυστυχώς, δεν υπάρχει και ούτε προβλέπεται να αναπτυχθεί εντός των επόμενων ετών εμβόλιο που να προφυλάσσει από την ηπατίτιδα C. Γι' αυτό επιβάλλεται να τηρούνται από όλους, προσεκτικά τα γενικά μέτρα πρόληψης της μετάδοσης που αναφέρθηκαν.

### Ποια είναι τα συμπτώματα της ηπατίτιδας C;

Συνήθως οι ασθενείς με ηπατίτιδα C δεν έχουν κανένα απολύτως σύμπτωμα παρά μόνο όταν φθάσουν σε πολύ προχωρημένο στάδιο της νόσου.

## Εξέλιξη

Λίγοι (<20-30%) των ασθενών που θα μολυνθούν από τον ιό της ηπατίτιδας C θα έχουν συμπτώματα στην αρχική οξεία φάση (οξεία ηπατίτιδα). Τα συνηθισμένα συμπτώματα στη φάση της οξείας ηπατίτιδας είναι έντονη αδυναμία και κόπωση, ναυτία, τάση για εμετό ή ακόμη κιτρίνισμα (ίκτερος) και σκοτεινόχρωμα ούρα σαν κονιάκ. Δυστυχώς, οι περισσότεροι ασθενείς (85%) δεν κατορθώνουν να καταπολεμήσουν τον ιό και αναπτύσσουν χρόνια ηπατίτιδα C.

Οι ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα C συνήθως δεν έχουν κανένα απολύτως σύμπτωμα ή σπάνια παραπονιούνται για κάποια ήπια κόπωση. Όμως, παρά την απουσία συμπτωμάτων, 15-20% των ασθενών με χρόνια ηπατίτιδα C αναπτύσσουν κίρρωση σε 20 χρόνια. Ακόμη και ασθενείς με κίρρωση μπορεί να είναι ασυμπτωματικοί στην αρχή, αλλά η καταστροφή του ήπατος προοδευτικά επιδεινώνεται και αρχίζουν να εμφανίζονται κλινικά σημεία, όπως ασκίτης (υγρό στην κοιλιά), αιμορραγία από φλέβες (κίρσους) του οισοφάγου, εγκεφαλοπάθεια ή ίκτερος.

Οι εκδηλώσεις αυτές θα απειλήσουν άμεσα τη ζωή τους και ίσως απαιτήσουν τη διενέργεια ηπατικής μεταμόσχευσης. Ταυτόχρονα, 2-4% από τους κίρρωτικούς ασθενείς κάθε χρόνο θα αναπτύξουν καρκίνο του ήπατος.

Η κίρρωση και ο καρκίνος του ήπατος αποτελούν τις δύο πιο συχνές αιτίες θανάτου των ασθενών με χρόνια ηπατίτιδα C.

### Η διάγνωση της ηπατίτιδας C

Λόγω έλλειψης συμπτωμάτων, η διάγνωση της ηπατίτιδας C γίνεται συνήθως τυχαία (συχνά μετά από αιμοδοσία). Υπόνοια για την παρουσία ηπατίτιδας C τίθεται επίσης μετά την αντίχνευση παθολογικών εργαστηριακών εξετάσεων (αυξημένων



## Διάγνωση

ενζύμων του ήπατος-τρανσαμινασών) σε τυχαίο έλεγχο ρουτίνας (check up).

**Σε εξετάσεις για ηπατίτιδα C πρέπει να υποβάλλονται όσοι είναι πιθανόν να έχουν εκτεθεί στον ιό και κυρίως οι παρακάτω ομάδες:**

- Όσοι έχουν αυξημένες τιμές ενζύμων του ήπατος (τρανσαμινάσες)
- Πρώην και ενεργοί χρήστες ενδοφλεβίων ναρκωτικών
- Όσοι έχουν υποβληθεί σε μεταγγίσεις αίματος ή παραγών του ή μεταμόσχευση οργάνου πριν από το 1992
- Όσοι υποβάλλονται σε τεχνητό νεφρό
- Όσοι εκτέθηκαν παρεντερικά σε δυνητικά μολυσμένα ιατρικά εργαλεία
- Ερωτικοί σύντροφοι ατόμων με ηπατίτιδα C
- Άτομα με πολλαπλούς ερωτικούς συντρόφους
- Παιδιά μητέρων με ηπατίτιδα C

Η διάγνωση της ηπατίτιδας C βασίζεται αρχικά στην ανίχνευση στο αίμα ειδικών αντισωμάτων εναντίον του ιού της ηπατίτιδας C και επιβεβαιώνεται με την ανίχνευση της παρουσίας του ίδιου του ιού στο αίμα (έλεγχος για HCV RNA).

Σε ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα C πρέπει να προσδιορίζεται ο τύπος του ιού (γονότυπος). Οι γονότυποι του ιού στην Ελλάδα είναι 4 (1, 2, 3, 4). Με βάση το γονότυπο καθορίζονται οι δόσεις των φαρμάκων και η διάρκεια της θεραπείας.



## Προφυλάξεις

### Πρόσθετες εξετάσεις

Οι ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα C που είναι υποψήφιοι για θεραπεία ίσως χρειασθεί να υποβληθούν σε βιοψία ήπατος για να εκτιμηθεί με ακρίβεια η σοβαρότητα της βλάβης.

Όλοι οι ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα C θα πρέπει να ελέγχονται με απλές εξετάσεις αίματος για την παρουσία αντισωμάτων εναντίον των ιών της ηπατίτιδας A και B και να εμβολιάζονται εάν δεν έχουν εκτεθεί σ' αυτούς. Ο εμβολιασμός δεν επιδεινώνει τη χρόνια ηπατίτιδα, αλλά επιβάλλεται αφού η οξεία ηπατίτιδα A και B σε έδαφος χρόνιας ηπατίτιδας C, μπορεί να είναι πολύ βαριά και να απειλήσει τη ζωή του ασθενούς.

Η χρήση φαρμάκων σε ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα και ιδιαιτέρως με κίρρωση πρέπει να είναι προσεκτική. Όταν πρόκειται να λάβουν νέα φάρμακα, οι ασθενείς θα πρέπει να συμβουλευονται το γιατρό τους.

### Υπάρχει ειδική διαίτα για την ηπατίτιδα C;

Όλοι οι ασθενείς με χρόνια ηπατίτιδα C θα πρέπει να αποφεύγουν πλήρως την κατανάλωση οινόπνευματωδών ποτών και να διατηρούν φυσιολογικό σωματικό βάρος. Όσοι είναι παχύσαρκοι θα πρέπει να προσπαθούν να χάσουν βάρος ακολουθώντας δίαιτα με μειωμένες θερμίδες και πρόγραμμα άσκησης (περπάτημα, ποδήλατο κλπ). Η χρήση φαρμάκων για αδυναμία επιτρέπεται υπό παρακολούθηση του θεράποντος γιατρού. Εκτός από τα παραπάνω, οι ασθενείς με ηπατίτιδα C δεν χρειάζεται να υποβάλλονται σε κάποια ιδιαίτερη δίαιτα. Οι παλαιότερα συνιστώμενες δίαιτες (αποφυγή λιπαρών τροφών, σοκολάτας, αυγών, κόκκινου κρέατος κλπ) έχει πλέον αποδειχθεί ότι δεν προσφέρουν κάποια ωφέλεια. Η λήψη βιταμινών επίσης δεν βοηθά.

Η διακοπή του καπνίσματος μπορεί να βοηθήσει στην καθυστέρηση της εξέλιξης της ηπατικής νόσου και συνιστάται θερμά.

## Θεραπεία

### **Υπάρχει αποτελεσματική θεραπεία για την ηπατίτιδα C;**

Η χρόνια ηπατίτιδα C δεν θεραπεύεται από μόνη της, αλλά ευτυχώς η θεραπεία της έχει αρκετά βελτιωθεί τα τελευταία χρόνια. Η θεραπεία βασίζεται σήμερα στο συνδυασμό υποδορίων ενέσεων ιντερφερόνης μία φορά την εβδομάδα και χαπιών ριμπαβιρίνης καθημερινά.

Στόχος της θεραπείας είναι η ίαση του ασθενούς (εκρίζωση του ιού). Η επιτυχής θεραπεία εκκρίνεται τον ιό από το αίμα και το ήπαρ και μηδενίζει την πιθανότητα μετάδοσης. Εκρίζωση του ιού της ηπατίτιδας C επιτυγχάνεται σε περισσότερους από 80% των ασθενών με γονότυπο 2 ή 3 και περίπου 50-55% των ασθενών με γονότυπο 1 ή 4.

Η θεραπεία διαρκεί συνήθως 6 ή 12 μήνες και τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται μπορεί να έχουν παρενέργειες. Γι αυτό όλοι οι ασθενείς με ηπατίτιδα C που είναι υποψήφιοι για θεραπεία θα πρέπει αρχικά να εκτιμώνται από γιατρό με εμπειρία στα νοσήματα του ήπατος και να παρακολουθούνται τακτικά κατά τη διάρκεια της θεραπείας.

Η θεραπεία είναι ευκολότερη και έχει συχνότερα επιτυχία στις νεότερες ηλικίες και πριν να δημιουργηθεί κίρρωση. Η συμμόρφωση των ασθενών στη θεραπεία είναι ιδιαίτερα σημαντική για την τελική επιτυχία.

Η εγκυμοσύνη απαγορεύεται καθ όλη τη διάρκεια της λήψης των αντιικών φαρμάκων και για 6 μήνες μετά τη διακοπή τους λόγω της πιθανότητας τερατογόνου δράσης στο έμβρυο.

Σε ασθενείς με προχωρημένη κίρρωση ήπατος, μπορεί να χρειασθεί να γίνει μεταμόσχευση ήπατος σε ειδικά κέντρα, που υπάρχουν πλέον και στη χώρα μας.



## Χρήσιμες Πληροφορίες



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΜΕΛΕΤΗΣ ΗΠΑΤΟΣ

Τηλ.: 210 67 48 561  
[www.eemh.gr](http://www.eemh.gr)

ΑΝΤΩΝΗΣ Δ. ΜΗΚΟΝΙΑΤΗΣ 2 10 28 56 460

Με την ευγενική χορηγία της



**MSD**

Ταυτίζεται με την προσφορά στην Ηπατίτιδα