



Hepatitis C. Ką daryti dabar?

Informacinis lapelis apie pacientų tyrimų rezultatus

Hepatitis C – tai kepenų infekcija, kurią sukelia hepatito C virusas. Kadangi atlikus jūsų kraujo tyrimą buvo gautas teigiamas rezultatas, jums bus išduotas siuntimas į Belfasto karališkosios Viktorijos ligoninės specializuotą skyrių. Jums bus paskirta ambulatorinė apžiūra, kurios metu bus atlikti kiti kraujo tyrimai, ultragarsinis tyrimas ir kepenų fibrozės laipsnio nustatymo tyrimas.

Ar tai išgydoma?

Šią infekciją jūsų organizmas gali nugalėti ir jos atsikratyti natūraliai. Tačiau jeigu jūsų imuninė sistema viruso įveikti nepajėgs, daugeliu atveju galite išsigydyti vartodami vaistus. Dabar siūlomi nauji gydymo būdai, kuriais išgydoma daugiau kaip 95 % žmonių, be to, toks gydymas trumpesnis ir daro mažesnę pašalinį poveikį nei senesnės kartos gydymo metodai.

Nesigydomant kai kuriems žmonėms gali išsivystyti lengvi ir vidutinio sunkumo kepenų pažeidimai, o kai kuriais atvejais per 20-40 metų tai gali pereiti į kepenų cirozę (randėjimą), galinčią sukelti kepenų nepakankamumą arba kepenų vėžį.

Ką daryti, kad neužkrėsčiau šiuo virusu kitų?

Viruso perdavimo kitiems galite išvengti šiais būdais:

- nesidalinkite adatomis ir kitomis

narkotikų vartojimo priemonėmis;

- naudokite prezervatyvus, kad seksas būtų saugesnis;
- nesidalinkite asmeninėmis higienos priemonėmis, tokiomis kaip dantų šepetėliai, skustuvai ar nagų šepetėlis;
- naudokite tik sterilią įrangą daryti tatuiruotėms ir verti auskarams
- saugokite kitus žmones nuo kontakto su savo krauju - įpjovimus užklijuokite vandeniu atspariu pleistru, iki jie užgis;
- nesinešiokite donoro kortelės ir nebūkite kraujo, spermos ar kraujo produktų donoru;
- naudodami buitinį baliklį nuo grindų ar darbinių paviršių nuvalykite išsiliejusį kraują.

Jeigu nerimaujate dėl galimos rizikos, pasikalbėkite apie tai su savo slaugos specialistu arba gydytoju.

Kaip galiu sau padėti?

Kad apsaugotumėte kepenis nuo tolesnės žalos, reiktų imtis šių priemonių:

Alkoholis – alkoholio vartojimas gali paspartinti kepenų ligos eigą, todėl geriausia būtų alkoholio visiškai atsisakyti. Jeigu manote, kad visiškai atsisakyti alkoholio jums bus sunku arba paprastai geriate daug, informuokite apie tai slaugos specialistą arba gydytoją. Jie gali pasirūpinti pagalba, jei jos prireiktų.

Mityba – stenkitės maitintis reguliariai ir valgyti subalansuotą maistą.

Fizinis aktyvumas – dėl viruso poveikio galite jaustis pavargę ir mieguisti. Reikalaujantys daug jėgų mankštos režimai nerekomenduojami, tačiau nesmarki ir nenuvarginanti fizinė veikla gali prisidėti prie geresnės bendros savijautos.

Vaistai – dauguma vaistų yra saugūs vartoti, tačiau visada rekomenduojama perskaityti vaistų informacinį lapelį ir, jeigu kas nors jums kelia nerimą, pasitarti su gydytoju, vaistininku arba slaugos specialistu.

Narkotikai – kai kurie narkotikai gali daryti tiesioginį poveikį kepenims ir jų funkcijai. Todėl prieš pradėdant gydytis reiktų atsisakyti bet kokių narkotikų. Jeigu manote, kad dėl to jums gali kilti sunkumų arba jums reikia pagalbos, pasakykite apie tai slaugos specialistui arba gydytojui, nes yra tarnybos,

kurios gali jums padėti šią problemą įveikti. Atminkite: kuo atviresni su jais būsite, tuo geresnį gydymą ir priežiūrą gausite.

Rekomenduojama pasiskiepyti nuo hepatito A ir B bei metine gripo vakcina ir vakcina nuo pneumokokinių infekcijų.

Kokia hepatito C įtaka nėštumui?

Nedidelė rizika, kad motina gali užkrėsti hepatitu C kūdikį išlieka. Jeigu laukiatės ir jums buvo diagnozuotas hepatitas C, jūsų slaugė arba akušerė suteiks jums konkrečios informacijos.

Ar turiu kitiems pasisakyti, kad esu užsikrėtęs šiuo virusu?

Deja, hepatitas C dar vis laikomas gėdinga liga, todėl prieš pasisakydami apie tai kitiems gerai pagalvokite, tačiau žinokite, kad šeimos ir draugų parama jums tikrai gali praversti.

Ligoninėje jūsų informacija yra laikoma konfidencialiai, o draudimo įmonėms ji atskleidžiama tik gavus jūsų leidimą.

Savo darbdaviui apie tai pasisakyti neprivalote, tačiau galbūt norėsite tai padaryti, kad sulauktumėte paramos. Taigi, jums spręsti, ar apie tai pasisakyti, ar ne. Jūsų slaugos specialistas mielai su jumis apie tai pasikalbės.

Kur galima gauti daugiau informacijos?

Klinikinės slaugos specialistai (hepatologijos)

Ambulatory Centre, Royal Victoria Hospital, Belfast

Tel.: 028 9063 9512/9516

arba mobilusis tel.: 077 8888 3457

arba 077125 06350

RVH Liver Support Group

Tel.: 077 3771 8493

www.rvhliversupportgroup.org

Northern Ireland Hepatitis B and C Managed Clinical Network

www.hepbandcni.net

British Liver Trust (BLT)

Pagalbos linija: 0800 652 7330

(10.00-15.00 val., pirm.-penkt.)

www.britishlivertrust.org.uk

Hepatitis C Trust

Tel.: 020 7089 6221 (10.30–16.30 val.,

pirm.-penkt.)

www.hepctrust.org.uk

„Public Health Agency“ (Visuomenės sveikatos agentūros) parengtų dokumentų kopijų ieškokite www.publichealth.hscni.net

Šį informacinį lapelį galima gauti ir kitomis kalbomis (PDF formatu):

www.publichealth.hscni.net



Public Health Agency, 12–22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel.: 0300 555 0114 (vietinis tarifas). www.publichealth.hscni.net

Hepatitis C – what now? - Lithuanian