

Wirusowe zapalenie wątroby typu C (WZW C)

Czy mogę być w grupie
ryzyka?



Polish Translation of *Hepatitis C: Could I be at risk?*

Co to jest WZW C? 3

Jak mogę zakazić się WZW C? 3

Czy pojawią się jakieś objawy? 5

Jak sprawdzić, czy jestem zakażony/a? 5

Gdzie mogę się przebadać? 5

Jeśli badanie da wynik negatywny 6

Jeśli badanie da wynik pozytywny 6

W jaki sposób wirus może wpłynąć na moje zdrowie w dłuższej perspektywie? 6

Czy WZW C można leczyć? 7

Jak mogę sobie pomóc, jeśli jestem zakażony/a? 7

Jak mogę uniknąć zakażenia się albo zakażenia innych osób wirusem? 8

Informacje i wsparcie 9

Co to jest WZW C?

Wirus zapalenia wątroby typu C to wirus, który może uszkodzić wątrobę i wywołać wieloletnią chorobę. W przeciwieństwie do WZW typu A i B, nie powstała jeszcze szczepionka chroniąca przed wirusem zapalenia wątroby typu C (HCV).

Jak mogę zakazić się WZW C?

Wirus zapalenia wątroby typu C znajduje się we krwi i niektórych innych wydzielinach nosiciela. Głównym źródłem zakażenia jest krew (nawet w niewielkich lub niewidocznych ilościach). Wirus rozprzestrzenia się głównie poprzez przedostanie się krwi nosiciela do krwiobiegu innej osoby. Nie można się nim zakazić poprzez codzienny kontakt, taki jak podanie dłoni, uścisk czy pocałunek, ani przez korzystanie z tej samej toalety, naczyń i sztućców.

WZW C rozprzestrzenia się poprzez:

- wspólne używanie przyborów do wstrzykiwania leków lub narkotyków, w tym substancji poprawiających wygląd i wydolność organizmu, takich jak sterydy anaboliczne i produkty opalające, nawet jeśli zrobiłeś/aś to tylko raz lub dwa razy albo jeśli było to dawno temu; największe ryzyko niosą ze sobą igły i strzykawki, ale wirusem zakażone mogą być także tyżeczki, filtry lub słomki do wciągania kokainy, podobnie jak woda wykorzystywana do mieszania narkotyków;

- transfuzję krwi (przed wrześniem 1991 r.) lub przyjęcie produktów krwiopochodnych, takich jak czynniki krzepnięcia krwi wykorzystywane w leczeniu hemofilii (przed 1986 r.); każda jednostka krwi wykorzystywanej w Irlandii Północnej jest obecnie badana pod kątem WZW C.

Rzadziej wirus WZW C może przenosić się:

- z matki będącej nosicielką wirusa WZW C na dziecko przed porodem lub w jego trakcie;
- w wyniku uprawiania seksu bez zabezpieczeń (bez prezerwatywy) z nosicielem/łką wirusa;
- w wyniku zamieszkania w kraju, w którym WZW C występuje bardziej powszechnie; istnieje wówczas większe ryzyko przeniesienia wirusa w wyniku zabiegów medycznych lub stomatologicznych, w przypadku gdy narzędzia nie zostały właściwie wysterylizowane;
- poprzez zabiegi tatuowania, przekłuwania uszu lub ciała i akupunktury wykonywane niesterylnymi narzędziami;
- poprzez wspólne korzystanie z maszynek do golenia lub szczoteczek do zębów zanieczyszczonych krwią nosiciela.

Czy pojawią się jakieś objawy?

Wiele osób zakażonych wirusem WZW C nie ma żadnych objawów przez lata, a nawet dziesięciolecia. Ale nawet nie mając objawów, możesz zakażać innych.

Jak sprawdzić, czy jestem zakażony/a?

Jeśli uważasz, że mogłeś/aś mieć kontakt z wirusem zapalenia wątroby typu C w przeszłości, możesz poddać się prostemu badaniu krwi, aby przekonać się, czy doszło do zakażenia.

Gdzie mogę się przebadać?

Twój lekarz rodzinny (GP) może przeprowadzić badanie w kierunku WZW C. Badaniu można się także poddać w poradni zdrowia seksualnego / poradni medycyny układu moczowo-płciowego. Informacje dotyczące kontaktu z tymi placówkami znajdują się w sekcji [Informacje i wsparcie](#) na str. 9.

Jeśli badanie da wynik negatywny

To prawdopodobnie oznacza, że nie miałeś/aś kontaktu z wirusem zapalenia wątroby typu C. Reakcja na wirus może zająć organizmowi nawet sześć miesięcy, więc jeśli do zakażenia doszło niedawno, wynik badania może być negatywny. Twój lekarz rodzinny (GP) może doradzić ci w takim wypadku ponowne przebadanie się.

Jeśli badanie da wynik pozytywny

Pozytywny wynik testu oznacza, że zostałeś/aś zakażony/a WZW C w przeszłości i możesz nadal być nosicielem wirusa. Możesz otrzymać skierowanie do specjalisty, który zbada wpływ zakażenia na twoją wątrobę.

W jaki sposób wirus może wpłynąć na moje zdrowie w dłuższej perspektywie?

Mniej więcej u jednej osoby na pięć, które są zakażone wirusem WZW C, dochodzi do samoczynnego i pełnego wyzdrowienia bez leczenia. Jednak u większości zakażonych wirus pozostaje w organizmie przez długi czas. Może w różny sposób wpływać na życie nosicieli:

- niektóre osoby czują się dobrze przez całe życie;

- u niektórych osób pojawia się szereg objawów;
- mniej więcej u jednej osoby na pięć dojdzie do poważnego uszkodzenia wątroby (marskości) po upływie około 20 lat;
- u niektórych osób marskość wątroby może doprowadzić do raka wątroby lub całkowitej niewydolności wątroby.

Czy WZW C można leczyć?

Dostępne są leki na WZW C, które z czasem są coraz lepsze. Można skorzystać z leczenia, które skutecznie zwalcza zakażenie u ok. 80–90% pacjentów, w zależności od genotypu wirusa i innych czynników. O tym, jaki sposób leczenia będzie dla Ciebie najlepszy, możesz porozmawiać ze swoim lekarzem rodzinnym (GP) lub lekarzem specjalistą.

Jak mogę sobie pomóc, jeśli jestem zakażony/a?

Jeśli spożywasz alkohol, najważniejsze, co możesz zrobić, aby zmniejszyć stopień uszkodzenia wątroby, to ograniczyć ilość spożywanego alkoholu albo – jeszcze lepiej – zupełnie go odstawić.

Należy także zaszczepić się przeciwko WZW A i B, grypie (co roku) oraz przeciwko zakażeniu pneumokokami.

Jak mogę uniknąć zakażenia się albo zakażenia innych osób wirusem?

- Unikaj bezpośredniego kontaktu z krwią innych osób.
- Staraj się nie używać wspólnie przyborów toaletowych, które mogły być zakażone krwią, np. maszynek do golenia, szczoteczek do zębów, nożyczek do paznokci, pincety.
- Jeżeli ty lub twój/twoja partner/ka seksualny/a jesteście nosicielami wirusa WZW C, istnieje niewielkie ryzyko zakażenia się nim podczas uprawiania seksu. Zastosowanie prezerwatywy ogranicza to ryzyko. Prezerwatywy pomagają także zabezpieczyć się przed niechcianą ciążą, wirusem HIV i wieloma innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową.
- Jeśli chcesz przekłuć sobie uszy albo inną część ciała, wykonać tatuaż lub poddać się zabiegowi akupunktury, upewnij się, że narzędzia, takie jak igły i kubeczki na barwniki, nie są używane wielokrotnie i są sterylne.
- Jeśli wstrzykujesz sobie narkotyki, NIGDY nie udostępniaj swojego sprzętu innym osobom. Dotyczy to igieł, strzykawek, łyżeczek, wody, filtrów i wszelkich innych przedmiotów, które mogły zostać zanieczyszczone krwią.

Informacje i wsparcie

Jeżeli masz pytania, porozmawiaj z lekarzem rodzinnym (GP) lub z pielęgniarką.

Bezpłatnych poufnych porad udzielają także

poradnie zdrowia seksualnego / medycyny układu moczowo-płciowego (GUM). Aby uzyskać

dodatkowe informacje, zadzwoń pod podany numer.

Royal Victoria Hospital, Belfast:

Tel.: 028 9063 4050/028 9063 4054

Causeway Hospital, Coleraine:

Tel.: 028 7034 6028

John Mitchell Place, Newry i Portadown Health and Care Centre:

Tel.: 028 3083 4215

Altnagelvin Hospital, Londonderry:

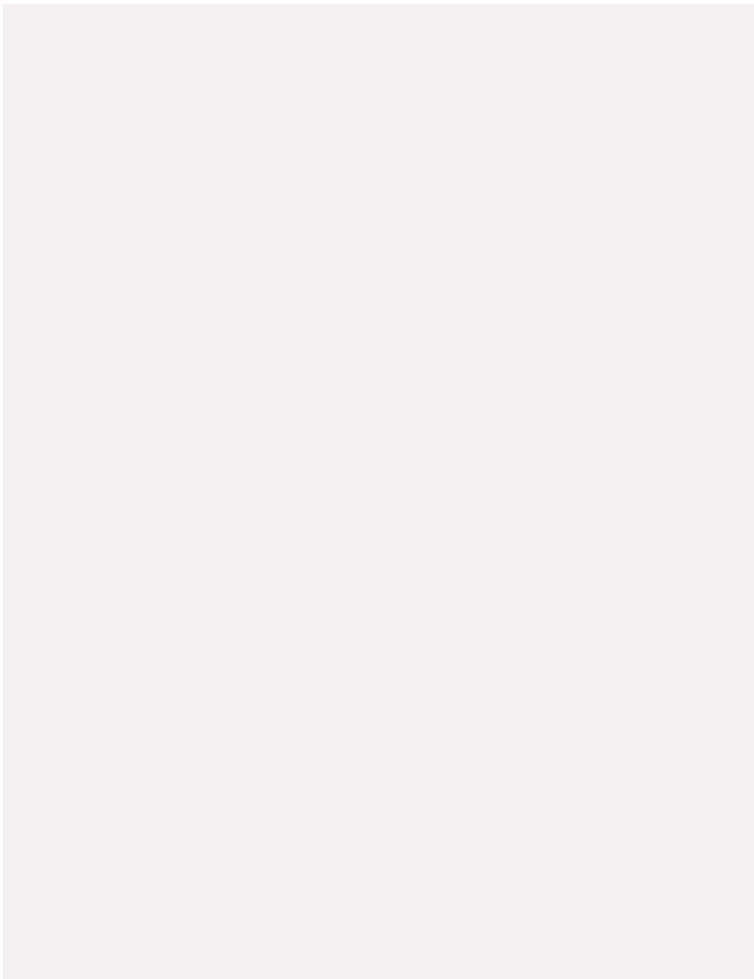
Tel.: 028 7161 1269

Downe Hospital, Downpatrick:

Tel.: 028 4483 8133

- www.publichealth.hscni.net – informacje dotyczące poradni leczenia uzależnień od narkotyków i alkoholu w Irlandii Północnej.

- **British Liver Trust** zapewnia informacje na temat wszelkich rodzajów chorób wątroby.
Infolinia: 014 2548 1320 (godz. 9–17, pon.-pt.)
www.britishlivertrust.org.uk
- **Hepatitis C Trust** zapewnia informacje i wsparcie osobom chorym na WZW C.
Tel.: 0845 223 4424 (godz. 10.30–16.30, pon.-pt.)
www.hepctrust.org.uk
- Grupa wsparcia **RVH liver Support Group** oferuje pomoc osobom mieszkającym w Irlandii Północnej, cierpiącym na choroby wątroby – jest to niezależna grupa związana z funduszem British Liver Trust.
Tel.: 077 3771 8493
www.rvhliversupportgroup.org
- **Northern Ireland Hepatitis B and C Managed Clinical Network** (sieć poradni leczenia WZW B i WZW C w Irlandii Północnej) zapewnia informacje na temat WZW C.
www.hepbandcni.net
- **Public Health Agency**
www.publichealth.hscni.net



**Ta ulotka jest dostępna w innych językach
w postaci pliku PDF na stronie:**

**www.publichealth.hscni.net
oraz www.hepbandcni.net**



**Public Health
Agency**



Public Health Agency, 12–22 Linenhall Street,
Belfast BT2 8BS. Tel.: 0300 555 0114 (opłata
lokalna).

www.publichealth.hscni.net