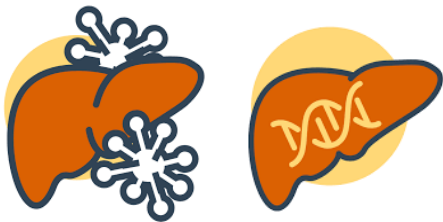


# 28. júl 2023 - Svetový deň hepatitídy

**Hepatitída je zápal pečene**, ktorý je spôsobený rôznymi infekčnými vírusmi a neinfekčnými agensmi, čo vedie k rôznym zdravotným problémom, z ktorých niektoré môžu byť smrteľné. **Existuje päť hlavných kmeňov vírusu hepatitídy, označovaných ako typy A, B, C, D a E.** Hoci všetky spôsobujú ochorenie pečene, líšia sa dôležitými spôsobmi vrátane spôsobov prenosu, závažnosti ochorenia, geografického rozšírenia a prevencie. **Hepatitída najmä typy B a C vedie k chronickým ochoreniam u stoviek miliónov ľudí a spolu sú najčastejšou príčinou cirhózy pečene, rakoviny pečene a úmrtí súvisiacich s vírusovou hepatitídou.** Odhaduje sa, že 354 miliónov ľudí na celom svete žije s hepatitídou B alebo C a pre väčšinu z nich zostáva testovanie a liečba mimo dosahu.



**Inkubačný čas trvá 14 – 50 dní, priemerne mesiac.** V tomto období môže veľmi ľahko dôjsť k nákaze ďalších osôb. Prvé príznaky ochorenia nie sú typické, môžu sa prejavíť ako **chrípka, únava, horúčky, bolesti svalov.** Po niekoľkých dňoch sa objavia **trávacie ťažkosti** (zvracanie, bolesti v hornej časti brucha, nechúť k jedlu). Neskôr sa môže **objaviť tmavý moč, svetlá stolica a žlté sfarbenie kože a očných bielkov.**



## Spôsob prenosu



### Hepatitída A

Fekálne orálnou cestou

- Napríklad kontaminovaná potrava, voda, pôda
- Choroba špinavých rúk - po kontakte s kontaminovanými predmetmi

### Hepatitída B

Krvou a telesnými tekutinami

- Pri bozkávaní, pohlavnom styku
- Kontaminovanou ihlou pri tetovaní, piercingu
- Pri používaní spoločnej zubnej kefky, holiaceho strojčeka
- Z matky na dieťa počas pôrodu

### Hepatitída C

Krvou

- Kontaminovaná krv sa musí za krátku dobu preniesť, napríklad pri poraneniach nožom, pri tetovaní a piercingu
- Častý je prenos medzi drogovo závislými
- Pri nešetrnom pohlavnom styku a poranení sliznic
- Počas pôrodu z matky na dieťa
- V minulosti krvnou transfúziou (do roku 1992)

### Hepatitída D

Krvou a telesnými tekutinami

- Rovnako ako typ B
- Hepatitída B je podmienkou vypuknutia typu D
- Súčasne s ňou, alebo pri jej existujúcej infekcii
- Očkovanie proti typu B chráni aj pred typom D

### Hepatitída E

Fekálne orálnou cestou

- Genotyp 1 a 2 sú ľudské ochorenia, kontaminovaná voda
- Genotyp 3 a 4 z infikovaného mäsa - bravčové a divina
- Genotyp 5 s výskytom u vtáctva, neprenáša sa na ľudí

## Ako sa chrániť

- Jedlo dovarte a jedzte ho kým je teplé. Vyhýbajte sa surovým morským plodom a surovému mäsu.
- Po použití toalety, pred prípravou a konzumáciou jedla si umyte ruky mydlom a opláchnite vodou.
- Ovocie a zeleninu umyte, prípadne ošúpte, šalát umývajte v čistej vode.
- Pite iba vodu z bezpečného zdroja.
- Nikdy si nepožičiavajte ihly, žiletky, holiace strojčeky, zubné kefky.
- Pri tetovaní a piercingu používajte len jednorazové, sterilné nástroje.
- Ak je to možné, zvolte si orálnu medikáciu namiesto intravenózne.
- Informujte sa o možnosti očkovania proti hepatitíde.