



Гепатит С



Введение

- Самопомощь через знание!
- Представленная здесь информация предназначена только для того, чтобы помочь разобраться в вопросах, связанных с гепатитом С и держать его под контролем. Она не заменяет консультации специалиста. Каждый больной гепатитом С должен обратиться к врачу по всем вопросам диагностики и лечения.



Печень – Химическая лаборатория

- Печень - самый большой внутренний орган
- Размером с футбольный мяч
- Около 1,5 кг весом (у среднего мужчины)
- Каждую минуту через печень проходит около 1,5 литров крови



Функции печени

- Химическая лаборатория
(>500 химических реакций)
- Желчь
- Иммунная система
- Очистка от токсинов
- Факторы свертываемости крови
- Гормоны

Способна к самовосстановлению!



Поддерживайте свою печень здоровой!

- Если вы инфицированы ВГС – избегайте алкоголя!
- Не смешивайте лекарства (выписанные и отпускаемые без рецепта), травы/пищевые добавки, наркотики
- Придерживайтесь здорового питания



Гепатит С - статистика

Население США

- 1.8% от общего числа
 - 4 миллиона американцев инфицировано
 - 2.7 миллионов хронически инфицировано

- В частности
 - 2.1% выходцев из Мексики
 - 3.4% афро-американцев



Поддерживайте свою печень здоровой!

- Сделайте прививки против
 - ВГА и ВГВ
- Избегайте контактов с токсичными веществами и парами



Тест на антитела

- Тесты Elisa II or III
 - Наиболее распространенные тесты на ВГС
- Тест RIBA
 - Обычно проводится только при отсутствии факторов риска
- Положительный результат тестирования свидетельствует о том, что организм был подвержен воздействию вируса
 - НЕ указывает на наличие активной инфекции
 - Для обнаружения активной инфекции проводят тест на вирусную нагрузку ВГС



Тесты на вирусную нагрузку

- Тесты на вирусную нагрузку
 - ДНК ВГС по ПЦР - >10 МЕ/мл
 - ДНК ВГС по Р-ДНК анализу – > 50 МЕ/мл
 - ТА – > 5-10 МЕ/мл
- Чем важны тесты на вирусную нагрузку?
 - Выявляют наличие активной инфекции
 - Помогают прогнозировать реакцию на лечение
 - Показывают, дает ли лечение положительный результат

****ВИРУСНАЯ НАГРУЗКА НЕ КОРРЕЛИРУЕТ С РАЗВИТИЕМ БОЛЕЗНИ ****



Тест на генотип

- Генотипы (1,2,3,4,5,6)
 - Население США
 - 70% генотип 1
 - 30% генотипы 2 и 3
- Чем важен тест на генотип?
 - Помогает прогнозировать ответ на лечение



Биопсия печени

- Золотой стандарт в определении состояния печени
 - Количественная оценка воспаления
 - Степень рубцевания (при наличии)
 - Исключение других заболеваний
 - Процедура биопсии



Предотвращение передачи вируса

- Передается при прямом контакте здоровой крови с инфицированной
- Не передается при бытовых контактах



Передача вируса

Общие иглы	Приспособления для приема наркотиков	Переливание крови до 1992 – донорская кровь, продукты крови, процедура переливания
При половом контакте (1-3%)	Медработники – случайные уколы заражёнными иглами	Общие бытовые принадлежности – бритвы и зубные щётки
От матери ребёнку <5%	Татуировки и пирсинг	Можно проследить менее 10% путей заражения



Советы по профилактике заражения

- **Инъекционные и не-инъекционные препараты**
 - Не пользуйтесь чужими шприцами, автоклавами, соломинками, трубками, ватой – любыми предметами, которые могли быть в контакте с кровью
 - Хлорная известь для дезинфекции
- **Стабильные моногамные сексуальные отношения**
 - Нет необходимости менять существующие сексуальные привычки, но следует помнить о риске! (Центр по Предотвращению Заболеваний США)



Советы по профилактике заражения

- **Безопасный секс**
 - Так называемые «группы риска»
 - Многочисленные сексуальные партнеры, люди с венерическими заболеваниями, наличие ВИЧ инфекции наряду с ВГС
 - Любые ситуации, приводящие к возможному контакту с кровью



Советы по профилактике заражения

- Заражение ребёнка от матери
 - Вероятность передачи вируса новорожденному низка – около 5%
 - Поэтому нет необходимости предохранения от беременности
- В медицинских учреждениях
 - Строгое соблюдение мер безопасности



Советы по профилактике заражения

- Татуировки и пирсинг
 - В специализированных салонах риск невелик
 - Убедитесь, что используются одноразовые иглы, отдельные флаконы с тушью, а также соблюдаются общие правила безопасности
 - Риск заражения значительно выше, если пирсинг сделан в неспециализированных условиях
 - Например, в тюрьме или на улице



Предметы личной гигиены

- В домашних условиях
 - Закрывайте порезы или язвочки
 - Не пользуйтесь чужими предметами личной гигиены (зубные щётки, бритвы, и т.д.)
- В медучреждениях и местах, предоставляющих гигиенические услуги
 - Соблюдение стандартных мер предосторожности
 - Одноразовое оборудование
 - Приносите свои предметы личной гигиены



ВГС не передаётся:

- При кормлении грудью
- При чихании
- При объятии
- При кашле
- С пищей или водой
- При пользовании общими столовыми приборами
- При бытовых контактах



Симптомы хронического гепатита

- Хроническая усталость – от лёгкой до тяжелой
- Гриппозные симптомы (боли в мускулах, суставах, лихорадка)
- «Мозговой туман»
- Боли в печени
- Потеря аппетита
- Головные боли
- Желудочные нарушения
- и другое.....



Развитие болезни

- У 10-25% носителей вируса заражение перерастет в серьёзное заболевание в течение 10-40 лет
 - Фиброз
 - Небольшое рубцевание
 - Цирроз
 - Компенсированный - некомпенсированный
 - Стеатоз
 - Жировые отложения в печени



Лечение

- Общие принципы лечения
 - Общее состояние здоровья
 - Наличие активной инфекции
 - Повышенный уровень АЛТ
 - Компенсированное заболевание печени
- Чаще дает положительный результат у:
 - молодых
 - женщин
 - С низким индексом массы тела (ИМТ) и весом
 - С меньшей степенью стеатоза
 - С низкой вирусной нагрузкой
 - С минимальной степенью поражения печени
 - С генотипами 2 и 3



Лечение – клинические данные

- Перспективные – хорошо поставленные клинические испытания с измеряемыми результатами
 - Золотой стандарт
- Ретроспективные – обзор данных предыдущих клинических исследований
 - Важны для выявления направлений и планирования будущих исследований



Лечение

- Что такое интерферон?
 - Антивирусный усилитель иммунитета
 - Инъекции
- Что такое рибавирин?
 - Антивирусный препарат
 - Применяется только в комбинации с интерфероном
 - Таблетки или капсулы



Одобрённые препараты

- Интерферон
 - Инферген (фирма InterMune)
 - Роферон (фирма Roche)
 - Интрон А (фирма Schering)
- Рибавирин
 - Копегус (фирма Roche)
 - Ребетол (фирма Schering)
 - Дженерики (непатентованные эквиваленты)



Лечение - стандартные схемы

- Фирма Schering – ПЕГ-Инtron + Ребетол (800 мг)
 - Для генотипа 1- стойкий вирусологический ответ (СВО) у 41% (после 48 недель лечения)
 - Для генотипов 2 - 6 – у 75% (после 48 недель лечения)

- Фирма Roche – Пегасис + Копегус (1000-1200 мг)
 - Генотип 1 – СВО у 44-51% (48 недель лечения)
 - Генотип 2 и 3 – СВО у 82% (24 недели лечения)
 - Генотип 2 - 6 – СВО у 70% (48 недель лечения)

*См. вкладыш Федерального Агентства США по продуктам и лекарствам



Побочные эффекты

- Интерферон

- Хроническая усталость
- Боли в мышцах и суставах
- Тошнота
- Головные боли
- Беспокойство
- Депрессия
- Кожные раздражения
- И другие.....

- Рибавирин

- Усиливает побочные действия интерферона, особенно хроническую усталость и анемию
- ** (и мужчины и женщины должны применять контрацептивы)



Борьба с побочными эффектами

- Инъекции перед сном
- Как можно больше питья (воды)
- Ибупрофен или ацетаминофен в небольших дозах
- Болеутоляющие препараты
- Легкие упражнения
- Увлажнение кожи
- Варьирование мест инъекций
- Антидепрессанты
- Достаточный отдых
- Частые приёмы небольших количеств пищи

Главное: всесторонняя поддержка -
врачей, семьи, друзей, коллег



Экспериментальные препараты

- Вирамидин
- Ингибиторы геликазы
- Ингибиторы протеазы
- Вряд ли будут доступны в ближайшие 5 лет
 - Вероятно будут применяться совместно с интерфероном/рибавирином



Дополнительные методы лечения

- Травы – чертополох, лакричный корень, и т.д.
 - Обязательно проконсультируйтесь с врачом-гербологом – некоторые травы небезопасны
- Иглоукалывание / Массаж биологически активных точек кожи
- Традиционная китайская медицина



Образ жизни имеет значение!

- Алкоголь – избегайте или уменьшите потребление
- Прививки против гепатитов А и В
- Здоровая сбалансированная диета
- Физические упражнения
- Снижайте уровень стресса
- Группы поддержки



Сам себе адвокат!

- Старайтесь узнать как можно больше о гепатите С
- Наладьте доверительные отношения со своим врачом
- Приходите на приём к врачу с адвокатом
- Задавайте вопросы
- Храните копии всех медицинских тестов
- Ведите дневник
- Не ограничивайте себя привычными рамками



Ресурсы – www.hcvadvocate.org

- Информационный листок HCV Advocate
- Образовательные материалы на английском, испанском, русском, французском, немецком, китайском, вьетнамском языках и на тагалог
- Статьи врачей группы Medical Writers' Circle
- Странички фактической информации на английском, испанском, французском и русском языках
- Список групп поддержки
- Рекомендуемые ссылки
- Информация о гепатитах С и В, и о ко-инфекции ВИЧ/ВГС