



# 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](http://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