



ashm

GREEK

# ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ C

Αυτό το φύλλο πληροφοριών προορίζεται για άτομα που θέλουν να μάθουν περισσότερα για την ηπατίτιδα C.

- Μπορεί ήδη να έχετε αυτό τον ιό και να θέλετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά μ' αυτόν
- Μπορεί να ανησυχείτε ότι ίσως έχετε αυτό τον ιό και χρειάζεται να κάνετε τις σχετικές εξετάσεις, ή
- Μπορεί να θέλετε να μάθετε περισσότερα σχετικά με την ηπατίτιδα C για λογαριασμό ενός φίλου ή συγγενούς

## ► Ποιος μπορεί να προσβληθεί από ηπατίτιδα C;

Οποιοσδήποτε μπορεί να προσβληθεί από αυτό τον ιό αν το αίμα του (ή μια ανοιχτή πληγή) έρθει σε επαφή με το αίμα κάποιου που ήδη έχει τον ιό. Αυτό μπορεί να συμβεί αν μοιράζεστε εξοπλισμό για ενέσεις ναρκωτικών, από τραυματισμό με τσίμπημα βελόνας, από μη αποστειρωμένο εξοπλισμό ιατρικής, οδοντιατρικής ή εμβολιασμού, από τατουάζ, τρύπημα του σώματος [body piercing] ή αν κάνατε μετάγγιση αίματος (ή παραγώγου αίματος) στην Αυστραλία πριν από το 1990. Οι περισσότεροι άνθρωποι στην Αυστραλία και τη Νέα Ζηλανδία που έχουν ηπατίτιδα C μολύνθηκαν επειδή μοιράστηκαν ακάθαρτο εξοπλισμό για ένεση ναρκωτικού.

Υπάρχει ένας μικρός κίνδυνος να περάσει ο ιός από μια έγκυο μητέρα που έχει ηπατίτιδα C στο αγέννητο μωρό της (μετάδοση από μητέρα σε βρέφος). Ο κίνδυνος μετάδοσης της ηπατίτιδας C κατά τη διάρκεια σεξουαλικής επαφής είναι επίσης πολύ χαμηλός. Δεν μπορείτε να προσβληθείτε από ηπατίτιδα C μέσω κοινής χρήσης οικιακών σκευών, όπως από φλιτζάνια ή πιάτα, ή αν μοιράζεστε τροφές με άλλους.

## ► Ο γιατρός σας

Η ηπατίτιδα C είναι ένας ιός που απαντάται στο αίμα (κυκλοφορεί στο αίμα) που μπορεί να προκαλέσει βλάβη στο συκώτι σας. Μπορεί να την έχετε για πολλά χρόνια (χρόνια πάθηση) χωρίς να αισθανθείτε οποιοσδήποτε ενδείξεις ασθένειας, ή μπορεί να σας είχαν παρουσιαστεί τα ακόλουθα κοινά συμπτώματα – αυτά είναι ο τρόπος που σας λέει το σώμα σας ότι το συκώτι σας δεν είναι υγιές:

- Μια ασυνήθιστη έλλειψη ενέργειας (κόπωση)
- Αίσθηση της ανάγκης να κάνετε εμετό (ναυτία)
- Πόνος κάτω από τα πλευρά
- Δυσανεξία (έλλειψη ανοχής) λαδερών, λιπαρών τροφών
- Δυσανεξία στο αλκοόλ και ορισμένα φάρμακα

Υπάρχουν τουλάχιστον έξι σημαντικοί τύποι ηπατίτιδας C, γνωστοί ως γονότυποι ηπατίτιδας C. Είναι όλοι ελαφρώς διαφορετικοί και αριθμούνται ως 1,2,3,4,5,6...

## ► Η φροντίδα της υγείας σας

Για να μάθετε πώς αντιμετωπίζεται από τον οργανισμό σας ο ιός της ηπατίτιδας C είναι σημαντικό να κάνετε τακτικές εξετάσεις και να έχετε επίγνωση τυχόν αλλαγών στην υγεία σας, εφόσον αυτό μπορεί να βοηθήσει εσάς και το γιατρό σας να αποφασίσετε αν, ή πότε, να αρχίσετε θεραπευτική αγωγή.

Η φροντίδα της υγείας σας μπορεί να περιλαμβάνει:

- Επίσκεψεις στον τοπικό σας γιατρό ή κάποιον ειδικό σε κλινική ηπατολογίας ή ηπατίτιδας, ή και τα δύο
- Διατήρηση μιας υγιεινής διατροφής (προσπαθείτε να τρώτε φρέσκα, φυσικά τρόφιμα που δεν είναι υπερβολικά συσκευασμένα ή επεξεργασμένα, αποφεύγετε μπαγιάνικα/ λιπαρά/ τηγανητά τρόφιμα, αποφεύγετε την επεξεργασμένη ζάχαρη και τρόφιμα που περιέχουν επεξεργασμένη ζάχαρη)
- Αποφυγή ή περιορισμό του αλκοόλ
- Τακτική γυμναστική

## ► Ο γιατρός σας

Μπορείτε να μιλήσετε στο γιατρό σας ιδιαίτερος για την ηπατίτιδα C. Στη Νέα Νότια Ουαλία, την Επικράτεια της Αυστραλιανής Πρωτεύουσας και τη Βικτώρια, ορισμένοι τοπικοί γιατροί επιτρέπεται να χορηγούν με συνταγή θεραπευτική αγωγή για ηπατίτιδα C όταν εργάζονται από κοινού με ειδικό γιατρό σε δημόσιο νοσοκομείο ή ηπατολογική κλινική. Οι οργανώσεις που παρατίθενται στο πίσω μέρος αυτού του φύλλου μπορούν επίσης να σας παράσχουν περαιτέρω πληροφορίες και υποστήριξη.

## ► Ιατρική θεραπεία

Ο στόχος της θεραπείας είναι η αφαίρεση της ηπατίτιδας C από το σώμα σας και η αποφυγή/μείωση της βλάβης στο συκώτι σας. Δεν χρειάζεται ο καθένας θεραπεία δεδομένου ότι η ηπατίτιδα C είναι συχνά ήπια και δεν θα έχει επιπτώσεις στη μακροπρόθεσμη υγεία. Ορισμένοι τύποι ηπατίτιδας C ανταποκρίνονται καλύτερα στη θεραπευτική αγωγή από άλλους – μπορούν να εξαλειφθούν εντελώς από το σώμα, αφαιρώντας όλες τις ενδείξεις της ασθένειας.

Η θεραπεία χορηγείται συνήθως για 6 έως 12 μήνες. Η καλύτερη ιατρική θεραπεία για την ηπατίτιδα C γίνεται με τα δύο φάρμακα, Πεγκυλιωμένη Ιντερφερόνη [Pegylated Interferon] και Ριμπαβιρίνη [Ribavirin]. Η Πεγκυλιωμένη Ιντερφερόνη χορηγείται με ένεση μόλις κάτω από το δέρμα και η Ριμπαβιρίνη λαμβάνεται ως χάπι. Κατά τη διάρκεια της θεραπείας σας, ο γιατρός ή ο ειδικός σας θα χρειάζεται να ελέγχει την υγεία σας τακτικά και να απαντά σε οποιοδήποτε ερωτήσεις, ή ανησυχίες που ίσως έχετε. Αν παρατηρήσετε τυχόν νέες ενδείξεις ασθένειας ή ενόχλησης κατά τη διάρκεια της θεραπείας, είναι σημαντικό να τις αναφέρετε στο γιατρό ή τον ειδικό σας σε περίπτωση που ο οργανισμός σας δεν ανταποκρίνεται καλά στη θεραπεία. Η θεραπευτική αγωγή της ηπατίτιδας C βελτιώνεται συνεχώς - σήμερα περίπου 50 έως 60 τοις εκατό όλων των ατόμων που λαμβάνουν θεραπεία απαλλάσσονται από τον ιό. (Μερικοί γονότυποι παρουσιάζουν ποσοστό κάθαρσης [clearance rate] 80%).

## ► Εξετάσεις

Αν έχετε εκτεθεί στον ιό της ηπατίτιδας C, το σώμα σας θα προσπαθήσει πρώτα να αμυνθεί παράγοντας **αντισώματα** - αυτά είναι σαν ένας στρατός στρατιωτών που παράγονται από τον οργανισμό σας για να καταπολεμήσουν τον ανεπιθύμητο ιό που ζει στο σώμα σας. Αν αυτά τα αντισώματα παρουσιαστούν στο αίμα σας, θα σας πουν ότι το αίμα σας **βρέθηκε θετικό στο αντισώμα της ηπατίτιδας C [tested positive to hepatitis C antibody]**. Αυτό δεν σημαίνει ακόμη ότι έχετε αναπτύξει τη νόσο της ηπατίτιδας C.

Ο ένας σε κάθε τέσσερις ανθρώπους που εκτέθηκαν στην ηπατίτιδα C μπορεί επιτυχώς να απαλλαγεί από τον ιό - τα αντισώματά του θα κερδίσουν τη μάχη. Για πολλούς, ωστόσο, ο ιός είναι ισχυρότερος από το αμυντικό σύστημα του σώματος και ο ιός θα παραμείνει ζωντανός.

Ένα **τεστ PCR (polymerase chain reaction - αλυσιδωτής αντίδρασης πολυμεράσης)** δείχνει αν έχετε απαλλαγεί από τον ιό της ηπατίτιδας C ή αν παραμένει ακόμη. Ένα **τεστ γονοτύπου [genotype test]** δείχνει σε ποιον τύπο ιού ηπατίτιδας έχετε εκτεθεί. Ένας **έλεγχος ιικού φορτίου [viral load test]** μετρά την ποσότητα του ιού στον οργανισμό σας. Τα τεστ γονοτύπου και ιικού φορτίου χρησιμοποιούνται για να επιλεγεί η καλύτερη θεραπεία για σας. Το τεστ PCR θα χρειαστεί να επαναληφθεί και πάλι στο τέλος της θεραπείας σας για να εξακριβωθεί αν έχετε επιτυχώς απαλλαγεί από τον ιό της ηπατίτιδας C.

**Τα τεστ ηπατικής λειτουργίας [liver function tests]** εξετάζουν την υγεία του συκωτιού σας. Ένα από αυτά τα τεστ αποκαλείται τεστ ALT (alanine aminotransferase - αλανίνης αμινοτρανσφεράσης). Αυτό δείχνει την υπάρχουσα ηπατική βλάβη και μπορεί να αλλάξει με τον καιρό για πολλούς λόγους, όπως: χρήση αλκοόλ, χρήση άλλων ναρκωτικών ουσιών, ή αν το σώμα σας καταπολεμά άλλη μόλυνση. Μπορεί επίσης να αλλάξει ως αποτέλεσμα της ηπατίτιδας C.

## ► Ποιος χρειάζεται να γνωρίζει αν έχετε ηπατίτιδα C;

Στις περισσότερες περιπτώσεις, δεν χρειάζεται να πείτε σε κανέναν ότι έχετε ηπατίτιδα C. Ωστόσο, πρέπει να πείτε στον Ερυθρό Σταυρό για την κατάσταση της ηπατίτιδας C σας αν δίνετε αίμα, και πρέπει να πείτε στον Αυστραλιανό Στρατό [Australian Defence Force] για την κατάσταση της ηπατίτιδας C σας αν κάνετε αίτηση για να καταταγείτε - αυτό απαιτείται από τον αυστραλιανό νόμο. Αν είστε υπάλληλος υγειονομικής περίθαλψης και έχετε ηπατίτιδα C δεν πρέπει να εκτελείτε διαδικασίες που υπάρχει κίνδυνος να μεταδώσουν τον ιό (διαδικασίες επιρρεπείς σε έκθεση [exposure-prone procedures]).

## ► Κάποιο άτομο στο οποίο μπορείτε να μιλήσετε

Αν έχετε ηπατίτιδα C και θα θέλατε να μιλήσετε σε κάποιον σχετικά μ' αυτό, μπορείτε να τηλεφωνήσετε στο Συμβούλιο Ηπατίτιδας της τοπικής σας Πολιτείας ή Επικράτειας. Τα Συμβούλια Ηπατίτιδας προσφέρουν μια ποικιλία πληροφοριών και υπηρεσιών, που συμπεριλαμβάνουν εμπιστευτική συμβουλευτική υπηρεσία και παραπομπές σε άλλες υγειονομικές υπηρεσίες αν χρειαστεί.

Αν θέλετε να μιλήσετε σε οποιοσδήποτε από αυτές τις υπηρεσίες σε μια κοινοτική γλώσσα μπορείτε να τηλεφωνήσετε στην **Υπηρεσία Μεταφραστών και Διερμηνέων [Translating and Interpreting Service] (TIS)** στο **131 450** (με κόστος τοπικής κλήσης). Ζητήστε διερμηνέα και όταν έρθει ο διερμηνέας στη γραμμή, ζητήστε να καλέσει τον αριθμό τηλεφώνου που θέλετε. Ο διερμηνέας θα σας βοηθήσει μετά να μιλήσετε στην υπηρεσία που χρειάζεστε.

### Australian Hepatitis Council

Tel: 02 6232 4257 (metro)  
Help line: 1300 301 383 (regional)  
Web: [www.acthepc.org](http://www.acthepc.org)

### ACT Hepatitis C Council

Tel: 02 6257 2911  
Help line: 1300 301 383  
Web: [www.acthepc.org](http://www.acthepc.org)

### Hepatitis C Council of New South Wales

Tel: 02 9332 1853 (metro)  
Help line: 1800 803 990 (regional)  
Web: [www.hepatitisc.org.au](http://www.hepatitisc.org.au)

### Northern Territory AIDS & Hepatitis Council

Tel: 08 8941 1711 (metro)  
Info, support & referral: 1800 880 899 (regional)  
Web: [www.ntahc.org.au](http://www.ntahc.org.au)

### Hepatitis Council of Queensland

Tel: 07 3236 0610  
Freecall: 1800 648 491 (regional)  
Web: [www.hepqld.asn.au](http://www.hepqld.asn.au)

### Hepatitis C Council of South Australia

Tel: 08 8362 8443 (metro)  
Help line: 1800 021 133 (regional)  
Web: [www.hepcouncilsa.asn.au](http://www.hepcouncilsa.asn.au)

### Tasmanian Council on AIDS, Hepatitis and Related Diseases (TASCAHRD)

Tel: 03 6234 1242 (metro)  
Info line: 1800 005 900 (regional)  
Web: [www.tascahrd.org.au](http://www.tascahrd.org.au)

### Hepatitis C Council of Victoria

Tel: 03 9380 4644 (metro)  
Help line: 1800 703 003 (regional)  
Web: [www.hepcvic.org.au](http://www.hepcvic.org.au)

### Hepatitis Council of Western Australia

Info & support: 08 9328 8538 (metro)  
Info & support: 1800 800 070 (regional)  
Web: [www.hepatitiswa.com.au](http://www.hepatitiswa.com.au)

This fact sheet is produced by the:

#### Australasian Society for HIV Medicine Inc

Locked Mail Bag 5057 Darlinghurst NSW 1300  
Tel: 02 8204 0700  
Fax: 02 9212 2671  
Email: [ashm@ashm.org.au](mailto:ashm@ashm.org.au)

ABN 48 264 545 457

© Australasian Society for HIV Medicine 2006  
ISBN 1 920773 35 5

Currently available in a State & Territory specific format and 8 community languages:  
Arabic, Chinese, Greek, Indonesian, Italian, Khmer, Spanish, Vietnamese.

Funded by the  
Australian Government, Department of Health and Ageing.

Print more copies from:

[www.ashm.org.au/resources/publications/hepc-factsheet](http://www.ashm.org.au/resources/publications/hepc-factsheet)