




ГЕПАТИТ С

ФАКТЫ



Сдай анализы, излечись!

NYC[™]
Health



ДАЖЕ ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ
СЕБЯ ЗДОРОВЫМ, ЭТО НЕ
ОЗНАЧАЕТ, ЧТО ВАША
ПЕЧЕНЬ НЕ ПОРАЖЕНА
ГЕПАТИТОМ С.

Печень играет важную роль в поддержании здоровья человека: она выводит токсины из крови и преобразует питательные вещества в энергию.

Гепатит означает воспаление печени. Существуют различные типы гепатита. **Гепатит С** вызывается вирусом, который поражает печень. Этот вирус передается через кровь.

Гепатит С может привести к серьезным проблемам со здоровьем:

- повреждение печени
- цирроз
- печеночная недостаточность
- рак печени

Гепатит С даже может привести к смерти.



Симптомы

У многих людей с гепатитом С **нет** симптомов, и они даже не знают, что они заражены. На развитие симптомов гепатита С может уйти до 30 лет. Когда симптомы все же появятся, они зачастую являются признаком запущенного заболевания печени.

К симптомам и признакам гепатита С могут относиться:

- жар
- утомление
- потеря аппетита
- тошнота
- рвота
- боли в области живота
- потемнение мочи
- кал серого цвета
- боль в суставах
- желтуха

Если у вас гепатит С — вы не одиноки.

Около **4 миллионов** человек в Соединенных Штатах страдают гепатитом С.

Почти **150 000** человек, проживающих в городе Нью-Йорке, больны гепатитом С.

Подробнее узнав о гепатите С, вы сможете принимать верные решения относительно своего здоровья.

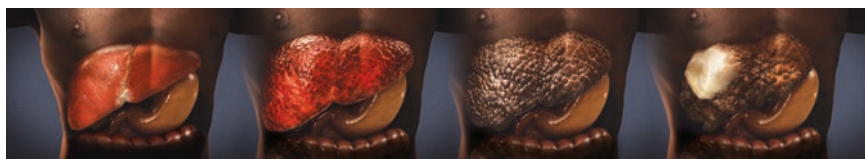
Стадии гепатита С

Острый гепатит С — первые шесть месяцев после инфицирования.

- Некоторые из заразившихся избавляются от гепатита С самостоятельно в течение шести месяцев.
- В большинстве случаев острая стадия гепатита С протекает без симптомов.

Хронический гепатит С — продолжительная инфекция.

- У большинства людей, заразившихся гепатитом С, разовьется хроническая форма инфекции.
- Хронический гепатит С может вызывать воспаление и рубцевание ткани печени, которые могут привести к повреждению печени средней степени тяжести (фиброз) и тяжелому повреждению печени (цирроз).
- Люди с циррозом подвержены высокому риску возникновения печеночной недостаточности, рака печени и даже смерти.
- Повреждение печени обычно происходит медленно, на протяжении 20-30 лет.



Здоровая
печень

Фиброз

Цирроз

Рак печени

Анализы для выявления гепатита С и проверки здоровья печени

Чтобы подтвердить наличие у вас гепатита С или выяснить, как гепатит С влияет на ваше здоровье, врач может сделать некоторые из этих анализов:

Анализы крови

- **Анализ на антитела к гепатиту С.** Показывает, были ли вы когда-либо заражены вирусом гепатита С. Если результаты будут положительными, вам нужно будет сдать другой анализ (определение РНК гепатита С), чтобы проверить, есть у вас гепатит С в данный момент.

- **Определение РНК гепатита С (вирусная нагрузка)** (он же ПЦР). Позволяет определить количество вируса гепатита С в крови пациента. Если результат положителен, то вы в настоящее время заражены гепатитом С.

Если вы проходите курс лечения гепатита С, то определение РНК гепатита С будет проводиться во время и в конце лечения, чтобы узнать, действует ли оно. Если лечение помогло, то вирусная нагрузка снизится до нуля (вирус в крови не обнаруживается) и будет оставаться на этом уровне.

- **Определение генотипа вируса гепатита С.** Показывает тип вируса гепатита С, которым вы заражены. Зная генотип вируса, ваш лечащий врач может подобрать наиболее подходящее для вас лечение.
- **Функциональные пробы печени (ФПП).** Позволяют определить, насколько хорошо работает печень. Высокие показатели могут свидетельствовать о воспалении или повреждении печени.
- **Анализы для выявления фиброза печени** (например, FibroSure). Выявляет уровень повреждения печени (наличие фиброза).

УЗИ печени/Фиброскан (FibroScan®)

Неинвазивные методы визуальной диагностики, позволяющие определить степень повреждения печени на основе снимков, по которым можно судить о форме, размере или жесткости печени.

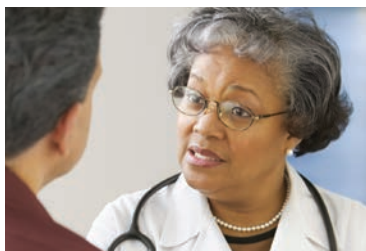
Биопсия печени

Извлечение с помощью иглы небольшого кусочка ткани печени. Полученная ткань рассматривается под микроскопом для определения степени повреждения или стадии заболевания.

Скрининг рака печени

Анализы крови или ультразвуковые исследования. Людям, страдающим циррозом, рекомендуется проходить скрининг каждые шесть месяцев.

Если у вас гепатит С



Обследуйтесь у врачей, знающих о гепатите С

Регулярно проходите осмотр у своего врача — так вы будете точно знать, что вы здоровы.

Даже если вы чувствуете себя превосходно, у вас всё равно могут быть проблемы с печенью.

Ваш врач поможет вам принять оптимальные решения относительно улучшения вашего здоровья и защиты печени.

Пройдите лечение от гепатита С

В большинстве случаев гепатит С можно **вылечить**, принимая противовирусные препараты в течение нескольких месяцев. Пациент признаётся здоровым, если вирус не обнаруживается в крови в течение нескольких месяцев после окончания лечения.

Сейчас появились **новые противовирусные препараты от гепатита С**, благодаря которым лечение стало проще, короче и эффективнее, чем раньше.

Раньше	Сейчас
Лечение обычно длилось 1 год	Лечение обычно длится от 2 до 3 месяцев
Еженедельные инъекции и прием таблеток	Прием таблеток , обычно только 1 раз в день
Тяжелые побочные эффекты (гриппоподобные симптомы, депрессия, анемия)	Слабо выраженные побочные эффекты (головная боль, тошнота)

Болезнь излечима в 90% случаев.

Данные препараты прошли многолетние широкие клинические испытания, в ходе которых была доказана их большая безопасность по сравнению с ранее применявшимися противовирусными средствами. Они обладают способностью останавливать размножение вируса, а это означает **возможность не просто ослабить болезнь, а излечить ее полностью!**

Не существует вакцины от гепатита С и к нему не вырабатывается иммунитет. Даже если вы прошли лечение и вылечились, вы всё равно в любой момент можете вновь заразиться, поэтому очень важно защищать себя от инфекций, передающихся через кровь.

Позаботьтесь о своем здоровье

Чтобы максимально обезопасить свое здоровье, необходимо полностью отказаться от употребления алкоголя.

Алкоголь ускоряет развитие повреждения печени. Отказ от алкоголя — один из важнейших шагов, которые вы можете сделать, чтобы защитить свою печень. Узнайте, как сократить количество потребляемого алкоголя, на сайте rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov.

Если вам нужна помощь, чтобы сократить количество потребляемого алкоголя, поговорите со своим врачом или зайдите на сайт 800LifeNet.org, чтобы проконсультироваться или получить направление к специалисту.

Прежде чем принимать лекарства, продаваемые без рецепта, народные средства, витамины или добавки, обязательно проконсультируйтесь с врачом.

Некоторые лекарства, продаваемые без рецепта, в частности ацетаминофен (acetaminophen, Tylenol), витамины, добавки, например железо, или «народные средства» могут быть опасны для печени. Всегда сообщайте всем своим врачам, что у вас гепатит С, чтобы они помогли вам избежать приема лекарств, которые могут навредить печени.

Придерживайтесь здоровой диеты, занимайтесь спортом и следите за весом.

Обратитесь за поддержкой. Поделитесь своими переживаниями с врачом и с людьми, которым вы доверяете.

Можно присоединиться к группе поддержки для больных гепатитом С лично или в Интернете. Зайдите на сайт HepFree.nyc, чтобы узнать подробную информацию.

Если вам нужна психологическая помощь, поговорите со своим врачом или зайдите на сайт 800LifeNet.org, чтобы проконсультироваться или получить направление к специалисту.

Задайте своему врачу следующие вопросы

- У меня здоровая печень? Есть ли уже повреждение печени?
- Можно ли мне делать прививки от других заболеваний, например, от гепатита А и В или от гриппа, чтобы защитить своё здоровье?
- Какой вес, диета и физическая нагрузка являются для меня оптимальными?
- Какое лечение гепатита С будет оптимальным в моём случае?
- Могу ли я и дальше с безопасностью принимать мои лекарства (включая препараты, отпускаемые без рецепта), травы, витамины и добавки?
- Нужно ли мне принимать противовирусные препараты от гепатита С?



Защитите окружающих от гепатита С

Вирус гепатита С способен жить вне организма человека до трех недель.

- **При использовании препаратов, вводимых с помощью шприцов, пользуйтесь только новым или стерильным оборудованием для введения препаратов или предметами,** такими как иглы, шприцы, вата, чашки, ремешки, бритвы и кусачки, вода, которой что-то ополаскивали, кухонные принадлежности, соломинки и трубочки.
- **Не позволяйте окружающим пользоваться вашими личными предметами,** такими как зубные щётки, бритвы, иголки, пилки для ногтей, щипчики и ножницы для ногтей или махровые салфетки для мытья, на которые могла попасть ваша кровь.
- **Закрывайте порезы и открытые раны** повязкой и следите, чтобы окружающие не касались вашей крови.
- **Безопасный секс** Если у вас несколько партнёров, а также если вы являетесь носителем ВИЧ или других инфекций, передаваемых половым путём, обязательно используйте презервативы.
- **Протирайте места,** запачканные кровью, отбеливающим и дезинфицирующим раствором гипохлорита натрия (9 частей воды на 1 часть гипохлорита).
- **Если вы беременны, поговорите о гепатите С со своим врачом.** Гепатит С может передаваться от матери ребёнку во время беременности или родов.



При бытовом контакте гепатит С не передаётся

Гепатит С **не передается** через чиханье, кашель, поцелуи, объятия, пожатие рук, разговор, общие столовые приборы, стаканы, пищу или воду. Гепатит С не является основанием, чтобы не допускать человека на работу, в школу, на детские площадки или в детский сад.

Информация и источники сведений

Управление здравоохранения г. Нью-Йорк (New York City Department of Health)

Позвоните по номеру 311 или зайдите на сайт nyc.gov/health/hepatitis

Недорогая медицинская помощь людям с гепатитом С в государственных больницах Нью-Йорка

nyc.gov/hhc

Информация о поиске медицинского страхования

<https://a858-ihss.nyc.gov>

Центры по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention)

cdc.gov/hepatitis

Американский фонд борьбы с заболеваниями печени (American Liver Foundation)

Горячая линия для людей с гепатитом С, поиск врача и группа поддержки в Интернете. 1-800-465-4837 или liverfoundation.org

Проект HCV Advocate

Поддержка и просвещение пациентов
hcvadvocate.org

Источники на сайте коалиции Harm Reduction

harmreduction.org

LifeNet

Круглосуточная горячая линия психологической поддержки и помощи людям, использующим наркотические средства, и справочная база данных. Зайдите на сайт 800LifeNet.org или позвоните по номеру:

На английском языке:

1-800-LIFENET
(1-800-543-3638)

На испанском языке:

1-877-AYUDESE
(1-877-298-3373)

На китайском языке (мандаринское наречие/кантонский диалект):

1-877-990-8585

Рабочая группа Нью-Йорка по гепатиту С (NYC Hep C Task Force)

www.HepFree.nyc

Оценка риска заражения гепатитом С

- Вы родились в период между 1945 и 1965 годом?
- Вам когда-нибудь делали инъекции лекарств, гормонов, стероидов, силикона или косметических средств, даже если это было давно и только один раз?
- Вам делали переливание крови или пересадку органов до 1992 года?
- Вы являетесь носителем ВИЧ?
- Вы родились в Египте, Пакистане, России или странах бывшего СССР?
- Вам когда-нибудь проводили переливание крови или другие медицинские процедуры в Египте, Пакистане, России или странах бывшего СССР?
- Вы когда-нибудь вдыхали (нюхали) наркотики?
- Была ли ваша мать больна гепатитом С, когда вы родились?
- Вы когда-нибудь делали татуировку или пирсинг у лиц, помимо профессионалов, имеющих лицензию?
- У вас когда-нибудь были отклоняющиеся от нормы результаты анализов по оценке здоровья печени, или вам когда-нибудь говорили, что у вас есть заболевание печени?
- Вы когда-нибудь проходили долгосрочный диализ?
- когда-нибудь приходилось иметь дело с кровью или иглами на работе?
- Вы сидели когда-нибудь в тюрьме?
- Вы мужчина и у вас был сексуальный контакт с женщиной?
- У вас несколько сексуальных партнеров?

Если вы ответили «да» на любой из приведенных выше вопросов, вы подвержены риску заражения гепатитом С. Обсудите с вашим врачом необходимость сдачи анализов или отправьте сообщение с текстом **LIVER** на номер **877877** для получения дополнительной информации.

Сдай анализы, излечись!

Сдай анализы, излечись!



Сканируйте код, чтобы открыть домашнюю страницу «О гепатите», **отправьте сообщение с текстом LIVER** на номер **877877** или скачайте приложение **NYC Liver Health**, чтобы узнать, что делать дальше.