

## Wirusowe zapalenie wątroby typu C (WZW typu C)

### Czym jest WZW typu C?

WZW typu C to choroba spowodowana wirusem zapalenia wątroby typu C (w skrócie: HCV). Choroba może przechodzić w stan przewlekły u około 50-85% osób, które miały styczność z wirusem.<sup>3,4,5,6</sup>

Przewlekłe zapalenie wątroby to trwająca ponad 6 miesięcy choroba, wyróżniająca się zmianami o charakterze martwiczko-zapalnym. Choroba najczęściej rozwija się przez wiele lat w sposób przewlekły i bezobjawowy. Mimo wieloletnich, zaawansowanych badań, nie udało się wynaleźć skutecznej szczepionki.

### Jakie mogą być konsekwencje nieleczzonego przewlekłego zapalenia wątroby?

Przewlekły stan zapalny w wątrobie prowadzi z czasem do postępującego włóknienia tego narządu, a następnie marskości wątroby. U kilku procent chorych prowadzi do raka wątroby.

### Ile osób miało kontakt z HCV w Polsce?

Szacuje się, że nawet około 160-200 tys. osób mieszkających w Polsce mogło ulec zakażeniu HCV. Część z nich prawdopodobnie uległa samowyleczeniu, jednak u pozostałych zakażenie rozwija się przez lata bezobjawowo.

### Kto może być szczególnie narażony?

#### Masz ponad 40 lat i byłeś kiedyś hospitalizowany – sprawdź swoją wątrobę!

Szczególną grupę osób zakażonych stanowią pacjenci leczenia preparatami krwi (przetoczenie krwi, osocza, czynników krzepnięcia) przed 1993 rokiem – do tego roku krew nie była badana w kierunku HCV w stacjach krwiodawstwa. W Polsce 80% chorych uległo zakażeniu HCV w trakcie zabiegów medycznych i podawania preparatów krwiopochodnych w jednostkach służby zdrowia, gdy dochodziło do zaniedbania procedur bezpieczeństwa.

W dalszej kolejności do zakażenia HCV w Polsce dochodzi podczas przyjmowania narkotyków, przy częstych zmianach partnerów seksualnych, a także w czasie nieprawidłowo wykonanych zabiegów kosmetycznych, tatuowania, kontaktu z krwią lub jej pochodnymi.<sup>7,8,9,10</sup>

### Jak można się zakażać HCV i HBV?

Do zakażenia HCV i HBV może dojść w trakcie nieprawidłowo wykonanych procedur takich jak:



zastrzyk



drobny zabieg medyczny



zabieg stomatologiczny



akupunktura



Inne procedury gdzie dochodzi do kontaktu z krwią np. wykonywanie tatuażu, przekłuwanie uszu lub innych części ciała, pedicure i manicure (metoda „na mokro”).



Groźne jest również stosowanie narkotyków dożylnych i donosowych.



Istnieje także ryzyko zakażenia przez kontakty seksualne, jeśli dojdzie do uszkodzenia naskórka lub błony śluzowej – unikaj seksu bez zabezpieczenia, podczas którego może dojść do kontaktu krwi z krwią.

## Badanie anty-HCV

### Dlaczego warto się badać?

Wszystkie osoby, u których istnieją wymienione czynniki ryzyka, powinny poddać się badaniu, bo **wykryte zakażenie HCV może być skutecznie leczone**. Stosowane leczenie jest nie tylko bardzo skuteczne – **WYLECZONYCH ZOSTAJE 99% PACJENTÓW** – ale także bezpieczne i nieobciążone działaniami niepożądanymi. Leki stosuje się obecnie w postaci doustnej najczęściej do 12 tygodni. Są one całkowicie refundowane, a pacjenci nie czekają w kolejkach.

### Jak interpretować wynik badania anty-HCV i jak postępować dalej?

Pierwszym krokiem w kierunku rozpoznania zakażenia HCV jest wykonanie badania obecności przeciwciał przeciwwirusowych (anty-HCV) we krwi.

**Pozytywny wynik testu** może świadczyć o przebyciu zakażenia i samoistnej eliminacji lub aktywnym zakażeniu prowadzącym do przewlekłego zapalenia wątroby. Możliwe jest także, że pacjent mógł już być wcześniej leczony przeciwwirusowo. Każdy wynik dodatni wymaga zatem potwierdzenia badaniem obecności samego wirusa we krwi (HCV RNA). W tym celu **skontaktuj się ze swoim lekarzem rodzinnym**, aby dostać skierowanie do Poradni Hepatologicznej lub Poradni Chorób Zakaźnych.

**Negatywny wynik testu oznacza, że nie wykryto zakażenia.**

### Jak możesz zmniejszyć ryzyko zakażenia HCV i HBV siebie lub członków rodziny?

- korzystaj tylko z profesjonalnej pomocy
- medycznej,
- nie używaj narkotyków dożylnych i donosowych,
- unikaj kontaktów seksualnych z obcymi partnerami lub osobami o nieznanym statusie zdrowotnym,
- unikaj kolczykowania i tatuowania,
- w przypadku rozpoznania zakażenia HCV – zbadaj członków rodziny i przestrzegaj podstawowych zasad higieny (nie korzystaj z przedmiotów, na których może się znajdować krew, np. ze wspólnych szczoteczek do zębów, maszynek do golenia, golarek elektrycznych, igieł lub strzykawek).

**Nie zakazisz się WZW typu B i C podczas zwykłych czynności i kontaktu z osobą chorą. Możesz trzymać się za ręce, całować, pić i jeść z tych samych naczyń czy korzystać z tej samej toalety. WZW typu B i C przenosi się przez kontakt z zakażoną krwią oraz w czasie kontaktów seksualnych (zwłaszcza WZW typu B).**

## Wirusowe zapalenie wątroby typu B (WZW typu B)

### Czym jest WZW typu B?

WZW typu B to choroba spowodowana wirusem zapalenia wątroby typu B (w skrócie: HBV). Choroba ta najczęściej rozwija się w sposób przewlekły i bezobjawowy przez wiele lat. Przewlekły stan zapalny w wątrobie prowadzi z czasem do postępującego włóknienia tego narządu, a następnie marskości wątroby. U kilku procent chorych prowadzi do raka wątroby.

### Ile jest osób zakażonych HBV w Polsce?

Szacuje się, że około 1–2% osób mieszkających w Polsce jest zakażonych HBV. Część z nich uległa samowyleczeniu, jednak u pozostałych zakażenie rozwija się bezobjawowo. W Polsce 80% chorych uległo zakażeniu HBV w trakcie zabiegów medycznych w jednostkach służby zdrowia, gdzie doszło do zaniedbania procedur bezpieczeństwa. W dalszej kolejności do zakażenia HBV w Polsce dochodzi podczas przyjmowania narkotyków, przy częstych zmianach partnerów seksualnych oraz w trakcie zabiegów kosmetycznych, tatuowania, kontaktu z krwią lub jej pochodnymi.<sup>7,8,9,10</sup>

### Jak można zapobiegać HBV?

W przeciwieństwie do HCV zakażeniu HBV można skutecznie zapobiegać stosując **szczepienia ochronne**.

### Tabela 1. Przyczyny zakażeń HCV i HBV

#### Bibliografia

1. Habiór A. (2009) *Choroby wątroby zagrożeniem Europy w XXI wieku*. Postępy Nauk Med. (2):77–83.
2. EASL. (2017) *Fast facts about liver disease*.
3. Gajewski P. *Interna Szczeklika. Podręcznik chorób wewnętrznych*. 2016.
4. WHO. (2010) *Sixty-third World Health Assembly. Resolutions and Decisions Annexes*.
5. Erman A, Hansen T, Bielecki JM, Krahn MD, Thein H-H. (2015) PS2-31 *Estimation of fibrosis progression rates for chronic hepatitis C: a systematic review and meta-analysis update*. Society for Medical Decision Making.
6. Plisko R, Kulik-Sztorc M, Nieszczyński G, Fiałek K, Wojciechowski P. *Raport systemowy: WZW typu C. Konieczność zmian w organizacji systemu ochrony zdrowia*. HTA Consulting, Kraków 2017.
7. Juszczyk J, Walewska-Zielecka B, Boroń-Kaczmarek A, Wawrzynowicz-Syczewska M, Milkiewicz P, Mach T, Biesiada G, Krawczyk M, Patkowski W, Hartleb M. *Choroby wątroby*. Interna Szczeklika 2017. 2017
8. Raciborski F, Gujski M, Klak A, Gierczyński J. (2015) *HCV w Polsce. Strategia rozwiązania problemu zdrowotnego oraz działania w perspektywie 2015-2016*. Instytut Ochrony Zdrowia w Polsce

Droga zakażenia	Komentarz
Przyjmowanie narkotyków, głównie drogą dożylną	Ryzyko infekcji u osób stosujących narkotyki w formie iniekcji: 67% (dane ogólnoswiatowe)
Procedury medyczne	Ryzyko zróznicowane i wieloczynnikowe: zabiegi inwazyjne zwłaszcza w instytucjach, w których dochodzi do zaniedbania sanitarno-higienicznych
Zakażenie okołoporodowe (dzieci matek zarażonych HCV)	Ryzyko przeniesienia wirusa HCV bez współistniejącego zakażenia HIV Ryzyko przeniesienia wirusa HCV z koinfekcją HIV: 17–25%
Zakażenie płciowe (od partnerów seksualnych zakażonych HCV)	Ryzyko zakażenia HCV silnie związane z koinfekcją HIV (niskie ryzyko infekcji wśród par heteroseksualnych i homoseksualnych, w których partnerzy nie są zakażeni wirusem HIV)
Tatuowanie lub piercing	Ryzyko infekcji poprzez niesterylny sprzęt podczas wykonywania zabiegu

9. Medycyna Praktyczna. *WZW typu C już niedługo wyleczalne w 100%*.
10. CEESTAHC. (2016) *Modelowy program profilaktyki zakażeń HCV*.
11. Bruha R, Dvorak K, Petryl J. (2012) *Alcoholic liver disease*. World J. Hepatol. 4(3):81–90.
12. Kargulewicz A, Stankowiak-Kulpa H, Grzymisławski M. (2010) *Niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby – etiopatogeneza, epidemiologia, leczenie*. Now. Lek. 79(5):410–418.
13. Mak L-Y, Cruz-Ramon V, Chinchilla-Lopez P, Torres HA, LoConte NK, Rice JP, Foxhall LE, Sturgis EM, Merrill JK, Bailey HH, Mendez-Sanchez N, Yuen M-F, Hwang JP. (2018) *Global epidemiology, prevention, and management of hepatocellular carcinoma*. ASCO Educ. Book (38):262–279.
14. Małkowski P, Pacholczyk M, Łągiewska B, Adadyński L, Wasiak D, Kwiatkowski A, Chmura A, Czerwiński J. (2006) *Rak wątrobowokomórkowy – epidemiologia i leczenie*. Przegląd Epidemiol. (60):731–740

Szpital Neuropsychiatryczny im. prof. Mieczysława Kaczyńskiego w Lublinie przystąpił z dniem 28 września 2020 r. do **pilotażowego projektu diagnostyki HCV wśród pacjentów i personelu szpitala**. Jest to pierwszy tego typu projekt prowadzony w Polsce na tak dużą skalę.

## Czy dzieci są narażone na infekcję HBV i czy można działać profilaktycznie?

W Polsce od 1994 roku szczepienie przeciwko HBV jest obowiązkowe u wszystkich dzieci i wykonywane w pierwszej dobie po urodzeniu, a następnie kontynuowane po 6 tygodniach i 6 miesiącach. Jeśli odpowiedź poszczepienna jest prawidłowa, szczepienie stanowi ochronę do końca życia.

### Jak powinni być szczepieni dorośli?

Szczepieniom wśród dorosłych podlegają:

- personel medyczny,
- wszystkie osoby, które zawodowo są narażone na kontakt z ludzkim materiałem biologicznym (np. krwią),
- osoby z chorobami przewlekłymi, które korzystają z opieki medycznej,
- osoby poddawane planowanym zabiegom medycznym.

U osób dorosłych podstawowy cykl szczepień obejmuje 3 dawki szczepionki, które w większości przypadków stanowią skuteczną ochronę przeciw HBV do końca życia.

**Szczepienie przeciwko HBV zaleca się wszystkim dotychczas nieszczepionym.**

### Gdzie można się zaszczepić?

Zaszczepić się można u lekarza rodzinnego (POZ) oraz w poradniach specjalistycznych. **Spytaj o możliwość szczepień swojego lekarza rodzinnego.**

## Przewlekłe choroby wątroby

### Co to są przewlekłe choroby wątroby?

Przewlekła choroba wątroby to choroba wątroby trwająca ponad 6 miesięcy.

### Ile osób choruje na przewlekłe choroby wątroby?

Choruje na nie nawet 10-20% populacji – czyli 1-2 osób na każde 10 osób.

### Skąd się biorą przewlekłe choroby wątroby?

Przewlekłe choroby wątroby ze względu na przyczynę dzielimy na:

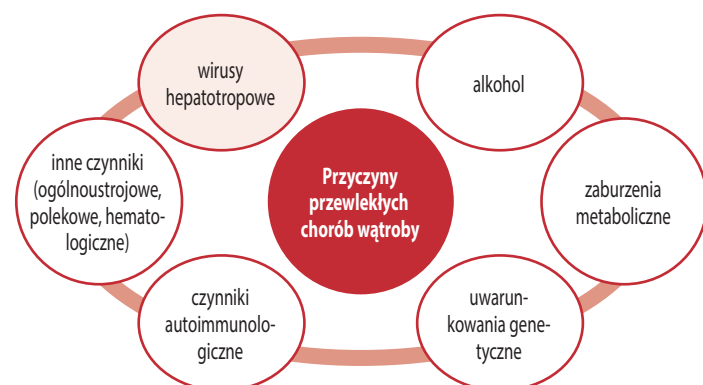
- zakaźne – spowodowane zakażeniem wirusami,
- niezakaźne – wywołane przez czynniki związane z alkoholem, chorobami metabolicznymi, autoimmunologicznymi i innymi.

### Jakie są przyczyny niezakaźnych chorób wątroby?

- alkohol (i inne toksyny),
- otyłość, cukrzyca i inne zaburzenia metaboliczne,
- choroby genetyczne – rzadko,
- zaburzenia układu odpornościowego (autoimmunologiczne).<sup>1,2</sup>

### Jak zapobiegać niezakaźnym chorobom wątroby?

- **Nie nadużywaj alkoholu** –nie przekraczaj tygodniowego limitu jednostek alkoholu (1 jednostka to 1 kieliszek wódki, 1 kieliszek wina lub 1 butelka piwa) – limit dla kobiet to 1 jednostka, a dla mężczyzn 2 jednostki. Alkohol pity w nadmiarze jest trucizną.
- **Dbaj o zachowanie prawidłowej masy ciała.** U kobiet obwód pasa powyżej 80 cm wiąże się ze wzrostem ryzyka powikłań otyłości, a po przekroczeniu wartości 88 cm rozpoczynają się poważne problemy zdrowotne. Analogicznie dla mężczyzn wymiary te wynoszą: 94 i 102 cm. Więcej na stronie: <https://ncez.pl/abc-zywienia-/zasady-zdrowego-zywienia/podstawowe-zasady-zdrowego-zywienia> oraz <http://www.izz.waw.pl/zasady-prawidowego-zywienia>
- **Regularnie podejmuj aktywność fizyczną.** Czy wiesz, że aby utrzymać dobrą formę fizyczną wystarczy szybki spacer (minimum 30 min.) przynajmniej 3 razy w tygodniu?
- **Monitoruj i prawidłowo lecz zaburzenia wchłaniania tłuszczów i cukru** oraz inne choroby przewlekłe. Jak to robić? Jeśli jesteś zdrowy raz w roku zrób badanie w kierunku zaburzeń lipidowych i sprawdź poziom glukozy na czczo co 3-5 lat – porozmawiaj z lekarzem POZ. A jeśli jesteś chory stosuj się do zaleceń lekarza POZ i innych specjalistów. Ważne – rozmawiaj z lekarzem.



### Jakie są objawy przewlekłej choroby wątroby?

**Przewlekłe choroby wątroby są bardzo groźne, bo przez wiele lat mogą nie dawać żadnych objawów**, albo są one niespecyficzne (senność, przewlekłe zmęczenie i inne). Choroby wątroby mogą prowadzić do włóknienia i marskości wątroby. Na bazie marskości może rozwinąć się pierwotny rak wątroby. Zarówno marskość, jak i rak wątroby, mogą rozwijać się bezobjawowo, a dolegliwości są odczuwalne przez chorego dopiero na późnych etapach choroby, gdy leczenie jest już bardzo trudne lub jest na nie za późno.

### Niezakaźne przewlekłe choroby wątroby

#### Jakie są przyczyny niezakaźnych przewlekłych chorób wątroby?

Do głównych przyczyn występowania niezakaźnych przewlekłych chorób wątroby zaliczyć można: czynniki autoimmunologiczne, czynniki genetyczne, zaburzenia metaboliczne i alkohol.

#### Alkoholowa choroba wątroby

Kobiety są bardziej narażone na uszkodzenie wątroby na skutek spożycia alkoholu (skutkliwa dawka jest mniejsza, a postęp choroby szybszy).<sup>7</sup>

Dodatkowymi czynnikami ryzyka są:

- predyspozycje genetyczne,
- otyłość, zaburzenia mikroflory jelitowej,
- współistniejące choroby wątroby (zwłaszcza przewlekłe WZW typu C),
- choroby metaboliczne.<sup>7,11</sup>

#### Niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby (NAFLD)

Do głównych czynników ryzyka NAFLD zalicza się otyłość, cukrzycę typu 2, dyslipidemię (zaburzenia wchłaniania tłuszczów), zespół metaboliczny oraz płęć męską.

Możesz skorzystać z wiedzy i wsparcia wielu źródeł informacji o przewlekłych chorobach wątroby, [www.jestemswiadom.org](http://www.jestemswiadom.org), [www.gwiazdanadziei.pl](http://www.gwiazdanadziei.pl), [zdrowawatroba.pl](http://zdrowawatroba.pl)

Tabela 2.

#### Przyczyny występowania niezakaźnych przewlekłych chorób wątroby

Choroba	Przyczyny	Czy można im zapobiegać?
Autoimmunologiczne zapalenie wątroby	Czynniki autoimmunologiczne	Nie można
Pierwotne zapalenie dróg żółciowych (PBC)	Czynniki autoimmunologiczne	Nie można
Hiperbilirubinemia wrodzona	Czynniki genetyczne	Nie można
Hemochromatoza pierwotna	Czynniki genetyczne	Nie można
Metaboliczne choroby wątroby	Zaburzenia metaboliczne	Nie można
Alkoholowa choroba wątroby	Alkohol	Należy ograniczyć lub wyłączyć alkohol z diety
Niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby (NAFLD)	Zaburzenia metaboliczne, czynniki genetyczne i inne czynniki (polekowe, ogólnoustrojowe)	Należy stosować prawidłową dietę oraz aktywność fizyczną
Choroby naczyniowe wątroby	Czynniki lokalne, ogólnoustrojowe, immunologiczne, polekowe, hematologiczne	Nie można
Marskość wątroby	Alkohol, wirusy hepatotropowe, czynniki metaboliczne, autoimmunologiczne, polekowe	W zależności od przyczyny (np. poalkoholowej marskości wątroby można zapobiegać)
Pierwotne nowotwory wątroby	Alkohol i inne środki toksyczne, wirusy hepatotropowe, czynniki metaboliczne, polekowe	W zależności od przyczyny (np. przewlekłemu WZW można zapobiegać)

### Jak często powinieneś badać swoją wątrobę i u kogo?

Jeśli nadużywasz alkoholu, byłeś kiedykolwiek hospitalizowany lub stosujesz złą dietę – zbadaj się w kierunku chorób wątroby. Podstawowe badania wykonasz w przychodni Twojego lekarza rodzinnego.

### Czym jest marskość wątroby?

Marskość wątroby to przewlekły proces chorobowy wątroby, który powoduje zmianę struktury tkanki wątroby. W wyniku zmian stopniowo zanikają połączenia wątroby z układem krwionośnym i drogami żółciowymi. Potwierdzonymi czynnikami ryzyka marskości wątroby są:

- nadużywanie alkoholu,
- przewlekłe WZW typu B lub C,
- autoimmunologiczne zapalenie wątroby,
- choroby metaboliczne, dróg żółciowych lub choroby z utrudnieniem odpływu żylnego,
- leki i toksyny,
- jelitowe zespolenie omijające wykonywane w leczeniu otyłości,
- sarkoidoza i kiła,
- płęć męska,
- uwarunkowania genetyczne.<sup>7</sup>

### Nowotwory wątroby

Do czynników ryzyka występowania raka wątroby (w skrócie: HCC) należą: przyjmowanie estrogenów i steroidów anabolicznych lub androgenów, glikogenozy typu Ia i III, a także otyłość i zaburzenia występujące u osób z zespołem metabolicznym (cukrzyca, insulinooporność, nadciśnienie tętnicze, dyslipidemia).<sup>7</sup> Większość przypadków HCC (70–90%) rozwija się w marskiej wątrobie. Najważniejszymi czynnikami ryzyka HCC, prócz marskości wątroby, jest zakażenie HBV oraz HCV. Pozostałymi czynnikami ryzyka są niektóre wrodzone hepatopatie, NAFLD, alkoholowa choroba wątroby, aflatoksyny, nadmiar żelaza lub mikrocytyn w diecie, niektóre hormony, dziedziczne hemochromatozy oraz wszystkie inne przyczyny prowadzące do marskości wątroby. Szczególnym ryzykiem wystąpienia HCC obarczone są osoby narażone na złożone działanie wielu czynników etiologicznych, np. osoby z marskością alkoholową i jednoczesnym zakażeniem HBV lub HCV.<sup>7,13,14</sup>



Pilotażowy projekt diagnostyki HCV wśród pacjentów i personelu Szpitala Neuropsychiatrycznego w Lublinie

### ABC profilaktyki chorób wątroby

bezpłatne testy  
+ anty-HCV

Organizatorzy