

Epatite D

Ecco
cosa
occorre
sapere

Epatite D – Fatti sul fegato

Dove si trova il fegato?



Il fegato si trova nella parte superiore destra della pancia (addome), sotto le coste. Il corpo umano ha un solo fegato.

Quanto è grande il fegato?



È l'organo più voluminoso dell'organismo e pesa circa 1,5 kg (ha circa le stesse dimensioni di un'ananas).

Perché è importante il fegato?



Il fegato svolge numerose diverse funzioni – si elencano qui solo le principali.



Combatte le infezioni contribuendo ad uccidere i batteri.



Contribuisce alla coagulazione del sangue. Produce sostanze chimiche che aiutano l'organismo a guarire dopo una ferita o un taglio.



Aiuta a digerire i grassi. Produce un liquido di colore giallo-verde, chiamato bile, che aiuta a digerire i grassi nell'intestino.



Immagazzina importanti sostanze chimiche come ferro, vitamine e minerali, di cui l'organismo necessita per rimanere sano.



Immagazzina energia. Gli zuccheri, una fonte di energia disponibile quando il nostro organismo ne ha bisogno, vengono immagazzinati nel fegato sotto forma di glicogeno.

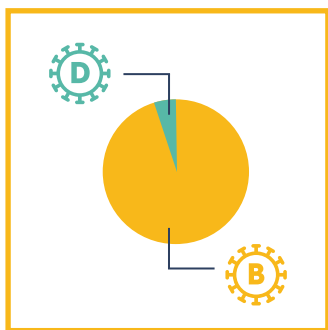


Depura il sangue. Elimina sostanze tossiche e droghe (compresi alcolici e caffeina) dal sangue e le degrada in modo da renderle innocue per l'organismo.

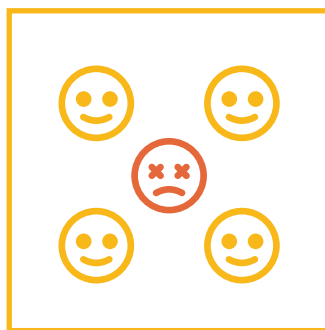
Epatite D – Quanto è diffusa?

- ▶ La maggior parte delle persone con epatite D non sa di essere infetta – è difficile rilevare la presenza dell'epatite D senza un esame appropriato da parte di un medico.

L'epatite B è il tipo di epatite più comune al mondo. Nelle persone con infezione sia da epatite B che epatite D il rischio di ammalarsi di patologie e cancro del fegato è **3 volte maggiore**.



5 persone su 100 con infezione da epatite B presentano ugualmente un'infezione da epatite Delta (D).



1 persona su 5 con infezione cronica da epatite D/B muore per complicanze della malattia.



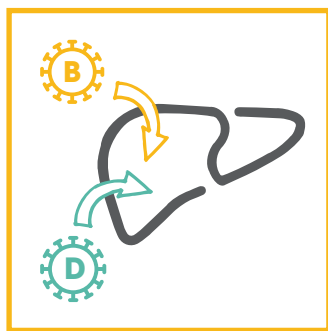
Non esiste un vaccino contro l'HDV, tuttavia la vaccinazione contro l'HBV previene l'HDV nelle persone già infette con HBV.

Epatite D – Come si verifica l'infezione?

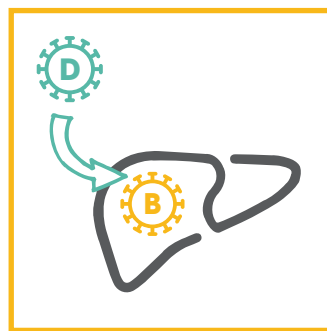
- Il virus dell'epatite D necessita della presenza del virus dell'epatite B per infettare le cellule del fegato.

Il virus dell'epatite D è un virus unico nel suo genere, che ruba al virus dell'epatite B il suo apparato di funzionamento trasformandolo nel proprio rivestimento esterno per poter infettare le cellule del fegato. Il virus dell'epatite B viene quindi definito «virus helper», mentre quello dell'epatite D «virus satellite».

L'infezione da epatite D può verificarsi in due diversi modi, ossia come co-infezione e superinfezione.



Si verifica una **co-infezione** quando una persona si infetta **contemporaneamente** con il virus dell'epatite B e dell'epatite D. La maggior parte delle persone guarisce dai sintomi gravi e acuti di una co-infezione ed entrambi i virus scompaiono. Tuttavia, circa 5 persone su 100 con una co-infezione sviluppano infezioni croniche che non si risolvono.



Una **superinfezione** si verifica quando una persona ha già un'**epatite B cronica** e poi **si infetta con il virus dell'epatite D**. I sintomi di superinfezione possono essere acuti. Una superinfezione comporta normalmente la cronicizzazione di un'epatite D oltre che di un'epatite B.

Epatite D – Tipi di infezione

- ▶ Il virus dell'epatite D può causare un'infezione acuta che evolve in un'infezione cronica in certi pazienti.



L'epatite D acuta è un'infezione di breve durata. I sintomi sono simili a quelli di altri tipi di infezione da epatite, ma possono essere più severi. **Talvolta, l'organismo è in grado di combattere un'infezione da epatite D acuta** da solo e, in tal caso, il virus scompare.



L'epatite D cronica è un'infezione di lunga durata. Possono svilupparsi gravi problemi al fegato **in chi soffre di epatite B e D cronica, perché l'organismo non è in grado di combattere il virus da solo.** L'epatite D cronica è la forma di epatite virale più grave, in grado di scatenare rapidamente problemi, come una grave cicatrizzazione del fegato (cirrosi), cancro del fegato, insufficienza epatica, ed avere eventualmente anche esito fatale.

Epatite D – Cambiamenti dello stile di vita

- Se soffre di epatite D, è opportuno adottare alcuni cambiamenti dello stile di vita per aiutare il fegato a rimanere il più sano possibile.

Ridurre o interrompere il consumo di alcolici e di droghe



Il consumo di alcolici e droghe può causare **ulteriori danni al fegato**.



Cerchi di interrompere o **ridurre il consumo di alcolici e/o di droghe** per aiutare il fegato a rimanere il più sano possibile.



Parli con il Suo medico se desidera interrompere questo consumo, ma ha difficoltà a farlo.

Seguire una dieta sana e bilanciata



Beva acqua in abbondanza per aiutare l'organismo a combattere le infezioni e per mantenere sano il fegato.



Eviti bevande frizzanti (ad es. coca cola, gassosa e bevande energetiche), perché contengono molti zuccheri.



Cerchi di mantenere un peso sano. Mangiare troppo o troppo poco ha un effetto negativo sul fegato.*

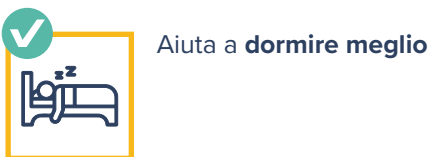


Eviti cibi ricchi di grassi, sale e zucchero, perché possono sovraccaricare il fegato e causare un aumento di peso.

* Consumi frutta e verdura in abbondanza, carne a ridotto contenuto di grassi (ad es. pollame), pesce e alimenti integrali con alto contenuto di fibre (ad es. pane integrale, riso integrale e avena) per mantenere un peso sano.

Rimanere attivi

Una regolare attività fisica leggera ha molti benefici:



Aiuta a **dormire meglio**



Migliora l'**umore**



Aiuta a **mantenere un peso sano**



Riduce lo **stress**



Aiuta il corpo a **combattere le infezioni**

Cos'altro può fare per rimanere sano?



Si ricordi di sottoporsi a regolari **visite mediche** per un controllo del Suo stato di salute.



Non abbia timore a **contattare il Suo medico** se ritiene che il Suo stato di salute sia cambiato.



Riduca lo stress il più possibile.



Eviti il fumo, oppure cerchi di ridurlo, ed eviti l'inalazione di fumi chimici.

Epatite D – Come tutelare l'incolumità altrui

- È importante capire come si trasmette l'epatite D per poter adottare misure precauzionali per proteggere gli altri.

L'epatite D può trasmettersi per:



Contatto con **fluidi corporei infetti durante i rapporti sessuali. Utilizzare sempre un profilattico** durante i rapporti sessuali per tutelare l'incolumità del partner.



Contatto con **fluidi corporei contagiosi:**

- Non condividere attrezzature usate per iniettare o preparare droghe.
- Non riutilizzare gli aghi.



Contatto con **sangue infetto** oppure con una **piaga aperta di una persona infetta. Coprire tutte le piaghe e le ferite** per evitare di infettare altre persone – una minuscola goccia di sangue potrebbe infettare qualcuno se penetra nel suo organismo.



Pratiche che implicano la perforazione della pelle:

- **Evitare di condividere rasi e spazzolini da denti** (ad es. a causa di gengive sanguinanti o tagli dovuti alla rasatura).
- Tenere tutti **gli oggetti personali fuori dalla portata di altre persone.**
- **Evitare di ferire altre persone**, ad esempio lottando, mordendo o graffiando.



L'epatite D può trasmettersi inoltre **dalla madre al bambino durante il parto.** Deve parlare con il Suo medico se è incinta oppure ha in previsione di avere un bambino.

Epatite D – Chi deve informare?

- ▶ Se Le è stata diagnosticata l'epatite D, può scegliere chi informarne e quando. Può decidere di comunicarlo a certe persone affinché possano adottare precauzioni supplementari per proteggersi.

Le raccomandiamo di informare il/la Suo/a attuale partner sessuale ed eventuali partner sessuali avuti dopo l'infezione affinché possano sottoporsi a un test e ad un eventuale trattamento.

Altre persone da informare includono:



Infermieri che Le prelevano il sangue



Dentisti



Tatuatori e piercer di corpo/ orecchie



Agopunturisti

Molte persone con epatite D continuano a lavorare. Non è obbligatorio informare il datore di lavoro se si ha l'epatite D a meno che non si svolga una professione sanitaria a stretto contatto con il sangue. **Chieda consiglio al Suo medico se ha dubbi su chi informare.**

Epatite D – Rispettare la terapia

- ▶ Assumere il trattamento secondo le istruzioni del medico può aiutarla a sentirsi e a stare bene.

Per ottenere il massimo beneficio dal Suo trattamento:

- Deve assumere il trattamento secondo le istruzioni del medico.
- Deve presentarsi a tutte le visite mediche.
- Non deve dimenticare nessuna dose e deve assumere il trattamento all'ora prevista, perché in caso contrario è possibile che non sia efficace.



Ci sono molti modi che possono **aiutarla a ricordare l'assunzione del suo trattamento**, ad es. impostare una sveglia sul telefono.



Se si trova lontano da casa, deve **programmare anticipatamente la Sua routine di assunzione del trattamento** in modo da renderla più normale possibile.



Se dimentica una dose e non sa come comportarsi, una buona idea è quella di **consultare il Suo medico**.

Epatite D – Salute mentale

- Convivere con l'epatite D può avere spesso un impatto sulla vita quotidiana e rendere le cose un po' più difficili.



Se ritiene che qualcosa sia difficile, è giusto chiedere aiuto.



Parlare con il medico se si desidera ricevere sostegno per la salute mentale.

Per chi convive con l'epatite D è normale provare diverse emozioni. Se ritiene che il Suo benessere mentale sia compromesso, ci sono molte cose che può provare a fare per migliorarlo.

Potrebbe essere utile:



Cercare di rilassarsi e di limitare lo stress



Dare sfogo alla creatività



Trascorrere del tempo nella natura (ad es. fare una passeggiata nel parco)



Trascorrere del tempo con amici e familiari



Praticare attività fisica



Cercare di dormire a sufficienza

