



# HEPATITIS B

## HEPATITIS D

Informationen für Betroffene

## WILLKOMMEN

Hepatitis B wird durch einen Virus ausgelöst und ist eine der schwersten und am weitesten verbreiteten Infektionskrankheiten. Weltweit sind schätzungsweise 257 Millionen Menschen von einer chronischen Hepatitis-B-Infektion betroffen.

Diese Broschüre soll Ihnen helfen, Ihre Leber und die Hepatitis B besser zu verstehen. Folgende Themen werden behandelt:

- ▶ Welche Aufgaben hat die Leber und wie bleibt sie gesund?
- ▶ Was ist Hepatitis B und wie wird sie übertragen?
- ▶ Wie funktioniert der Nachweis von Hepatitis B und was nützt die Impfung?
- ▶ Wie wird eine chronische Hepatitis B behandelt?
- ▶ Was haben Hepatitis B und Hepatitis D gemeinsam?

## WELCHE AUFGABEN HAT DIE LEBER?

Die Leber ist eines der wichtigsten Organe im Körper und wiegt bei einem Erwachsenen etwa 1.4 kg. Sie erfüllt folgende Funktionen:

### ▶ Stoffwechsel

Die Leber entnimmt dem Blut Nährstoffe wie Fette oder Zucker, die vorher im Darm aufgenommen werden. Sie wandelt diese um und gibt sie bei Bedarf wieder an den Körper ab.

### ▶ Speicherung

In der Leber werden Zucker, Fette und Aminosäuren gespeichert. Daneben dient sie auch als Depot für Vitamine und Eisen.

### ▶ Entgiftung

Die Leber baut Giftstoffe wie Alkohol oder Medikamente um, so dass sie über den Darm oder die Niere ausgeschieden werden können.

### ▶ Verdauung

Die Galle wird von der Leber produziert und ist wichtig für die Fettverdauung.

### ▶ Eiweissbildung

Aus den gespeicherten Aminosäuren bildet die Leber verschiedene Eiweisse, die lebenswichtige Aufgaben haben wie etwa die Blutgerinnung.

### ▶ Hormone

Die Leber baut gewisse Hormone wie Sexualhormone oder Insulin ab und aktiviert Schilddrüsenhormone oder das Vitamin D.

## WIE BLEIBT DIE LEBER GESUND?

### 1. Nehmen Sie Medikamente gemäss Verschreibung ein

Eine Überdosierung von Medikamenten, Nahrungsergänzungsmitteln und pflanzlichen Arzneimitteln kann zu Leberschäden führen.



### 2. Vermeiden Sie starken Alkoholkonsum

Übermässiger Alkoholkonsum kann eine schwere Lebererkrankung zur Folge haben. Die Kombination von Alkohol und Medikamenten ist besonders giftig für die Leber.



### 3. Achten Sie auf Ihr Gewicht

Genauso wie Alkohol schadet der Leber auch Übergewicht. Bei Bewegungsmangel und stark zuckerhaltiger Ernährung verfettet die Leber, verliert ihre Funktion und vernarbt. Ausgewogene Mahlzeiten mit ausreichend Wasserzufuhr halten die Leber fit.







## HEPATITIS B IN KÜRZE

1. Hepatitis B ist die **weltweit häufigste Leberentzündung** und wird durch das Hepatitis-B-Virus verursacht.
2. Das Hepatitis-B-Virus wird über infiziertes **Blut oder andere Körperflüssigkeiten** übertragen. Das grösste Übertragungsrisiko besteht bei infizierten Müttern auf ihr Neugeborenes.
3. Aus einer akuten Hepatitis B kann sich ein **chronischer Verlauf** mit den Spätfolgen einer Lebervernarbung (Leberzirrhose) oder Leberkrebs entwickeln.
4. Die **Impfung** ist der sicherste Schutz gegen eine Hepatitis-B-Infektion.
5. Die chronische Hepatitis B wird mit **Medikamenten** behandelt, die die Virusvermehrung bremsen und das Risiko von schweren Leberschäden vermindern.
6. Bei Hepatitis-B-Infizierten besteht die Gefahr einer **zusätzlichen Ansteckung mit Hepatitis D**. Dadurch erhöht sich die Gefahr eines chronischen Verlaufs.

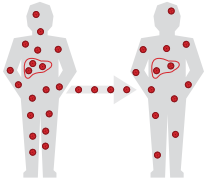
# WAS IST EINE HEPATITIS?

- ▶ Eine Hepatitis ist eine Entzündung der Leber, die durch Giftstoffe oder meist durch Viren ausgelöst wird.
- ▶ Es gibt fünf verschiedene Viren, die eine Hepatitis auslösen können: der Hepatitis-Virus A, B, C, D und E. Die Übertragung und der Krankheitsverlauf ist bei den verschiedenen Virus-Typen unterschiedlich.
- ▶ In der Schweiz werden rund 1'200 neue Labormeldungen von Hepatitis B pro Jahr gemeldet. Dabei kann es sich um Neuinfektionen oder um bereits lange zurückliegende, ausgeheilte Infektionen handeln.

	Hepatitis A	Hepatitis B	Hepatitis C	Hepatitis D	Hepatitis E
Übertragung	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Verschmutztes Essen &amp; Trinken</li> <li>▶ Schlechte sanitäre Anlagen</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Blut</li> <li>▶ Körperflüssigkeiten</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Blut</li> <li>▶ Körperflüssigkeiten</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Zusätzliche Infektion bei Hepatitis B</li> <li>▶ Blut</li> <li>▶ Körperflüssigkeiten</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Verschmutztes Essen &amp; Trinken</li> <li>▶ Schlechte sanitäre Anlagen</li> <li>▶ Blut (selten)</li> </ul> 
Prävention	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Impfung</li> <li>▶ Verbesserte Hygiene</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Impfung</li> <li>▶ Blutuntersuchung <small>(bei Schwangeren Kontrolle vor Geburt zur Vermeidung einer Übertragung auf das Kind)</small></li> <li>▶ Verbesserte Hygiene</li> <li>▶ Schutz beim Sex</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Keine Impfung vorhanden</li> <li>▶ Blutuntersuchung</li> <li>▶ Verbesserte Hygiene</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Impfung</li> <li>▶ Blutuntersuchung</li> <li>▶ Verbesserte Hygiene</li> <li>▶ Schutz beim Sex</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Keine Impfung</li> <li>▶ Verbesserte Hygiene</li> <li>▶ Ausreichendes Erhitzen von Rohfleisch</li> </ul> 
Verlauf	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Heilt von selbst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Ca. 10 % der Betroffenen haben einen chronischen Verlauf, v. a. bei Kindern ist das Risiko erhöht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 50 – 70 % der Betroffenen haben einen chronischen Verlauf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Über 90 % der Betroffenen haben einen chronischen Verlauf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Heilt meist vollständig</li> <li>▶ Selten chronischer Verlauf</li> </ul>
Behandlung	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Keine</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Medikamente gegen das Virus bei chronischem Verlauf</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Medikamente gegen das Virus bei chronischem Verlauf</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Momentan noch keine zugelassenen Medikamente in der Schweiz</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Keine</li> </ul> 

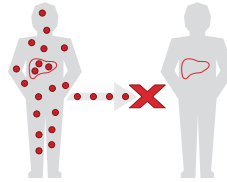
## WIE WIRD HEPATITIS B ÜBERTRAGEN?

Die einzige Möglichkeit, sich mit dem Hepatitis-B-Virus anzustecken, ist der Kontakt mit infiziertem Blut oder anderen Körperflüssigkeiten.



**Folgende Übertragungswege können ansteckend sein:**

- ▶ Sexueller Kontakt
- ▶ Bei der Geburt mit Hepatitis-B-positiver Mutter
- ▶ Infiziertes Blut nach einer Verletzung, einem Biss oder einem Kratzer
- ▶ Gemeinsames Benützen von unsterilen Nadeln (einschliesslich Tätowier- und Piercingwerkzeugen)
- ▶ Gemeinsames Benützen von Zahnbürsten oder Rasierern



**Folgende Übertragungswege sind nicht ansteckend:**

- ▶ Berührungen
- ▶ Küssen
- ▶ Essen und Trinken
- ▶ Gemeinsames Benützen von Geschirr



Sie können sich und Ihre Familie vor einer Ansteckung schützen, wenn Sie die Übertragungswege von Hepatitis B kennen und meiden können.

Die Hepatitis-B-Infektion kommt auf der ganzen Welt vor, vermehrt aber in Asien, dem Mittleren Osten, Afrika und Teilen Südamerikas. Bei Reisen in diese Länder ist es wichtig, die Übertragungswege von Hepatitis B zu berücksichtigen.



# WAS IST GEFÄHRLICH AN HEPATITIS B?

Bei zirka 5% der Erwachsenen mit Hepatitis B verläuft die Infektion chronisch, Neugeborene und Kinder sind sogar noch häufiger davon betroffen. Die chronische Hepatitis B wird manchmal als „stiller Killer“ bezeichnet, denn auch wenn sich die Infizierten nicht krank fühlen, kann das Virus Schäden in der Leber anrichten. Die Infektion kann in folgenden Stadien ablaufen:



## 1. Entzündung



## 2. Fibrose

Vernarbung der Leber



## 3. Zirrhose

Schwere Narbenbildung, die die Funktionsfähigkeit beeinträchtigen



## 4. Leberkrebs

Die chronische Hepatitis B ist eine der Hauptursachen für Leberkrebs

Unbehandelt entwickelt ungefähr jede zwölfte Person mit chronischer Hepatitis B Leberprobleme wie eine Zirrhose oder Leberkrebs.

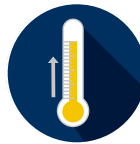


Wenn Sie an chronischer Hepatitis B leiden, sollten Sie mit Ihrem Arzt darüber sprechen. Er kann Ihnen helfen, die Krankheit mit der richtigen Behandlung zu kontrollieren.

# WELCHE BESCHWERDEN WEISEN AUF EINE HEPATITIS-B-INFektion HIN?

Eine akute Hepatitis-B-Infektion verursacht oft gar keine oder nur grippeähnliche Beschwerden wie:

- ▶ Müdigkeit und Erschöpfung
- ▶ Gelenkschmerzen
- ▶ Magenschmerzen
- ▶ Fieber
- ▶ Übelkeit und Erbrechen
- ▶ Appetitlosigkeit





## WIE FUNKTIONIERT DER NACHWEIS VON HEPATITIS B?

Ein einfacher Bluttest zeigt, ob Sie an Hepatitis B leiden.

**Es gibt drei mögliche Arten von Testergebnissen:**

### 1. Gefährdet

Sie hatten noch nie Hepatitis B und sind auch nicht geimpft.

**Sie sollten geimpft werden.**

### 2. Angesteckt

Sie haben eine chronische Hepatitis B.

**Konsultieren Sie Ihren Arzt.**

### 3. Geschützt

Sie sind geimpft oder hatten in der Vergangenheit Hepatitis B und Ihr Körper hat die Krankheit erfolgreich bekämpft.

**Sie können sich nicht mehr erneut mit Hepatitis B anstecken.**

Für die Diagnose einer chronischen Hepatitis B ist neben dem Bluttest eine Gewebeentnahme (Biopsie) der Leber nötig.

Nur etwa bei **einem Drittel** der Betroffenen zeigen sich die typischen Merkmale einer Leberentzündung mit gelben Augen und Haut, hellem Stuhl und dunklem Urin.

Bei vormals gesunden Erkrankten heilt die Hepatitis B meist vollständig und verleiht eine lebenslange Immunität gegen die Krankheit.

Sehr selten tritt bei der akuten Hepatitis B ein Leberversagen mit Todesfolgen auf.

Aus der akuten Infektion kann sich ein chronischer Verlauf entwickeln mit unspezifischen Beschwerden wie:

- ▶ Unwohlsein
- ▶ Appetitlosigkeit
- ▶ Erschöpfung



Haben Sie eines der beschriebenen Hepatitis-Beschwerden, sollten Sie es nicht ignorieren. Gehen Sie zum Arzt und lassen Sie sich untersuchen.

## WAS NÜTZT DIE IMPFUNG?

Der Hepatitis-B-Impfstoff ist eine sichere und wirksame Methode zur Vorbeugung einer Infektion mit dem Hepatitis-B-Virus. Der Impfstoff wird folgendermassen verabreicht:

- ▶ Drei Impfungen, wobei die ersten beiden im Abstand von einem Monat verabreicht werden und die dritte Impfung vier Monate später. Erwachsene werden nach diesem Schema geimpft.

### oder

- ▶ Zwei Impfungen, die im Abstand von sechs Monaten verabreicht werden. Dieses Schema gilt für Jugendliche zwischen 11 und 15 Jahren.

Die Hepatitis-B-Impfung ist bereits im Säuglingsalter, spätestens jedoch vor dem ersten sexuellen Kontakt, empfohlen.

## Es ist wichtig, die Fakten über den Hepatitis-B-Impfstoff zu kennen



- ▶ Der Impfstoff wirkt **nicht** bei Personen, die bereits mit dem Hepatitis-B-Virus angesteckt sind.



- ▶ Durch den Impfstoff kann man sich **nicht** mit Hepatitis B infizieren, da der Impfstoff kein Lebendvirus enthält.

Die Hepatitis-B-Impfung wird weltweit durchgeführt und von den meisten Personen gut ertragen. Leichte Reaktionen an der Einstichstelle wie Rötung, Schmerzen oder eine Schwellung sind möglich. Gelegentlich kommt es zu Kopfschmerzen, Fieber oder Müdigkeit. Extrem selten treten allergische Reaktionen auf.



Wenn Sie nicht an Hepatitis B erkrankt und nicht geimpft sind, sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die Impfung. Sie ist ein sicherer Schutz vor einer Infektion.



## WIE WIRD EINE AKUTE HEPATITIS BEHANDELT?

Der akute Verlauf heilt in den meisten Fällen von selbst aus und medikamentöse Massnahmen werden nicht benötigt. Bis zur vollständigen Heilung sind jedoch das Blut und die anderen Körperflüssigkeiten ansteckend.

## WIE WIRD EINE CHRONISCHE HEPATITIS B BEHANDELT?

Wenn bei Ihnen eine chronische Hepatitis B diagnostiziert wird, kann Ihnen Ihr Arzt ein antivirales Medikament verschreiben. Zu diesen Medikamenten zählen:

- ▶ **Nukleosid-/Nukleotid-Analoga**  
Diese Wirkstoffe hemmen die Vermehrung der Hepatitis-B-Viren und werden als Tablette eingenommen.

### Das Ziel der antiviralen Behandlung ist



- ▶ Die Menge der Hepatitis-B-Viren im Körper zu verringern



- ▶ Das Risiko von Leberproblemen wie Zirrhose, Leberversagen und Leberkrebs zu reduzieren

Während der Therapie mit antiviralen Medikamenten brauchen Sie regelmässige Kontrolluntersuchungen. Der Arzt überwacht Ihre Fortschritte und behält allfällige Nebenwirkungen im Auge.

## WELCHES VERHALTEN VERHINDERT DIE AUSBREITUNG DER HEPATITIS-B-INFEKTION?

**Neben der Impfung gibt es weitere einfache Möglichkeiten, um sich zu schützen:**

- ▶ Waschen Sie sich nach jedem möglichen Kontakt mit Blut gründlich die Hände mit Wasser und Seife
- ▶ Verwenden Sie Kondome beim Sex
- ▶ Vermeiden Sie den direkten Kontakt mit Blut und Körperflüssigkeiten
- ▶ Decken Sie alle Wunden sorgfältig ab
- ▶ Vermeiden Sie die gemeinsame Benutzung von scharfen Gegenständen wie Rasierern, Nagelscheren, Zahnbürsten, Ohringen oder Körperringen
- ▶ Achten Sie darauf, dass für Ohr- oder Körperpiercing, Tätowierungen und Akupunktur neue, sterile Nadeln verwendet werden
- ▶ Falls nötig, benutzen Sie nur sterile Einwegspritzen



## WAS HABEN HEPATITIS B UND DIE HEPATITIS D GEMEINSAM?

Hepatitis D ist eine Leberinfektion, die durch das Hepatitis-D-Virus (HDV) verursacht wird.

Das HDV kann wegen eines Defekts in seiner Struktur nur zusammen mit dem Hepatitis-B-Virus übertragen werden.

Die Infektion mit HDV kann also zeitgleich mit einer Hepatitis-B-Infektion ablaufen (HDV-Koinfektion) oder erst später bei einer bereits an Hepatitis B erkrankten Person (HDV-Superinfektion).

HDV wird übertragen, wenn Blut oder andere Körperflüssigkeiten von einer Person, die das Virus in sich trägt, in den Körper einer zuvor nicht infizierten Person gelangt.

HDV kann eine akute, kurzfristige Infektion auslösen oder zu einer chronischen Hepatitis führen.

Die HDV-Koinfektion oder HDV-Superinfektion verläuft in der Regel schwerer als eine alleinige Hepatitis-B-Infektion.

HDV kann schwerwiegende Symptome und ernste Erkrankungen verursachen, die zu lebenslangen Leberschäden und sogar zum Tod führen können.



Informieren Sie sich beim Arzt über eine mögliche zeitgleiche Infektion mit Hepatitis D (Hepatitis-D-Koinfektion), wenn bei Ihnen eine Hepatitis B diagnostiziert wurde.



