



# Hepatiidid



**Tervise Arengu Instituut**  
National Institute for Health Development

Infomaterjal on välja antud  
Riikliku HIV ja AIDSi strateegia  
aastateks 2006-2015 vahenditest



# Hepatiidid

Hepatiit on maksapõletik. Maks on elutähtis organ, mis muu hulgas osaleb ainevahetuses, toodab seedimiseks vajalikku sappi ning aitab organismil vabaneda jääkainetest. Maksapõletiku tõttu võivad need funktsioonid kahjustuda. Hepatiiti võivad põhjustada mitmesugused viirused, alkohol, uimastid, ravimid ja muud tegurid. Seda võib põhjustada ka mitu tegurit korraga. Selles voldikus räägime viiruste põhjustatud hepatiitidest ehk viirushepatiitidest.

Tänapäeval tuntakse mitut viirushepatiitide tekitajat, millest kõige tuntumad on A-, B- ja C-hepatiidi viirus. A-hepatiidi viirus levib pesemata käte, saastunud toidu ja vee kaudu. B-hepatiidi viirus levib eelkõige seksuaalvahekorra ajal. C-hepatiidi viirus levib peamiselt kokkupuutel verrega.



## A-hepatiit

A-hepatiidi viirus (HAV) eritub organismist roojaga ning kandub edasi otsese kontakti, pesemata käte, saastunud vee ja toiduga. Inimesed nakatuvad A-hepatiiti eelkõige lõunamaareisidel, seepärast ei ole neis piirkondades soovitatav juua keetmata vett ja jääga jahutatud jooke või süüa tooreid puu- ja juurvilju ning mereande. A-hepatiit võib levida ka seksuaalvahekorra, eelkõige päraku- ja suuseksi ajal.

Haigusnähud tekivad kuni poolteise kuu jooksul pärast nakatumist. Nendeks on väsimus, palavik ja oksendamine; nahk võib muutuda kollakaks (siit ka viiruse rahvapärane nimetus kollatõbi) ja sügeleda, uriin võib muutuda tumedaks ja väljaheide heledaks. Sümptomid kestavad tavaliselt alla kahe kuu, kuid mõni nakatunu võib haige olla ka kuni kuus kuud. Üldjuhul kulgeb haigus soodsalt. Läbipõdemisega saab inimene eluaegse immuunsuse ning erinevalt B- ja C-hepatiidist ei muutu A-hepatiit krooniliseks.

A-hepatiiti diagnoosib arst vereanalüüside ja haigusnähtude põhjal. Ravi on sümptomaatiline: puhkus, piisavas koguses toidu ja vedeliku tarbimine.

A-hepatiidi vastu saab lasta end vaksineerida.



## B-hepatiit

B-hepatiiti põhjustav viirus (HBV) on nakkusohklikum kui A- ja C-hepatiidi viirus. HBV levib eelkõige kaitsmata seksuaalvahekorra ajal sperma ja tupevedeliku kaudu, aga ka otsesel kontaktil nakatunud verega (saastunud süstalde kasutamisel või tätoveerimisel). Rase naine võib anda nakkuse sünnituse ajal edasi oma lapsele.

B-hepatiit ei levi köhimisel ega aevastamisel, ühiste käterätide, tualettruumide ega toidunõude kasutamise kaudu. Nakkus ei kandu edasi ka kättpidi tervitamisel, patsutamisel ega kallistamisel. Erinevalt A-hepatiidist ei levi B-hepatiit ei vee ega toidu kaudu.

Kui palju B-hepatiidi sümptomeid haigestunud esineb, sõltub maksapõletiku ulatusest. Mõnikord ei ole üldse haigusnähte – neid märkab ainult üks kolmest B-hepatiiti põdevast inimesest. Sümptomid võivad ilmneda alles kahe kuni kuue kuu jooksul pärast nakatumist, kui kogetakse näiteks väsimust, iiveldust, oksendamist, isutust või kõhuvalu.

Mitu päeva pärast nende haigusnähtude tekkimist võivad nahk ja silmad kollakaks muutuda. Uriin muutub tumedaks nagu seisnud tee ning väljaheide väga heledaks, nagu pahtel. Sümptomid võivad püsida paarist nädalast mitme kuuni. Isegi pärast nende kadumist võib haige olla veel mitu kuud väsinud.

Üheksal inimesel kümnest kaob viirus iseenesest. Ühel inimesel kümnest B-hepatiit aga ei kao ning tal kujuneb välja krooniline B-hepatiit. Need inimesed on nakkusohtlikud.

Krooniline B-hepatiit võib põhjustada maksa kärbumise ja maks ei tööta enam korralikult. Samuti võib lõpuks areneda välja maksavähk. Teistel haigestunutel võib viirus organismi alles jääda, kuid püsida soikeseisundis. Tavaliselt neil haigusnähte ei ilmne, kuid nad on viirusekandjad ja seega nakkusohtlikud.

B-hepatiiti diagnoosib arst vereanalüüside ja haigusnähtude põhjal. Arst võib teha ka lisaanalüüse, et määrata kindlaks maksakahjustuse ulatus. B-hepatiidi diagnoosi kinnitavad ja haiguse raviga tegelevad gastroenteroloogid ja infektionistid (nakkushaiguste arstid). Haiguse ägedas faasis ravitakse ainult sümptomeid. Kroonilise B-hepatiidi ravis kasutatakse viirusevastaseid ravimeid ning ravi eesmärk on vähendada maksapõletiku või -kahjustuse ulatust.

B-hepatiidi vastu saab lasta end vaktsineerida.



## C-hepatiit

C-hepatiit on maksapõletik, mida tekitab C-hepatiidi viirus ehk HCV. See levib peamiselt nakatunud vere kaudu (näiteks ühiste süstalde või nõelte kasutamine uimastite tarvitamisel). Viiruse ülekandumiseks piisab isegi ühest veretilgast. Seksuaalsel teel levib nakkus harva. Rase naine võib nakkuse sünnitusel oma lapsele edasi anda, kuid ka seda juhtub harva. Samuti ei levi C-hepatiidi viirus olmekontaktide, vee ega toidu kaudu.

Paljudel nakatunutel ei pruugi esineda aastaid ühtki haigusnähtu ega kaebust ning mõnel ei tekigi kaebusi. Teised võivad seevastu kogeda selliseid sümptomeid nagu väsimus, naha ja silmade kollasus, seedehäired, tume uriin ja hele väljaheide, kõhuvalu või palavik. Haigusnähte esineb ainult umbes ühel kolmandikul nakatunutel ning needki nähud on sageli nii kerged, et inimene ei pruugi ise taibata, et on nakatunud.



Organismi immuunsüsteemil on C-hepatiidist tunduvalt raskem vabaneda kui A- ja B-hepatiidist. Seetõttu areneb üle 80 protsendil inimestel, kes on nakatunud C-hepatiidi viirusega, välja krooniline C-hepatiit. Nende maksakude kahjustub ning haiguse lõppstaadiumis võib tekkida maksapuudulikkus või isegi maksavähk.

See kõik toimub tavaliselt väga pika aja jooksul. C-hepatiiti põdevate inimeste maksa seisund halveneb väga erineva kiirusega ning seda ei ole võimalik täpselt prognoosida. Mõnel haigestunud ilmnevad 20 või isegi 30 aasta jooksul vähesed muutused, samal ajal kui teisel võib maksakahjustus tekkida juba kümne aasta või veel lühema aja jooksul.

Ainus viis C-hepatiiti diagnoosida on teha vereanalüüs. Kroonilise C-hepatiidi diagnoosi kinnitavad ja haiguse raviga tegelevad gastroenteroloogid ja infektsionistid.

C-hepatiiti ei ole alati võimalik välja ravida, kuid iga kroonilist C-hepatiiti põdev inimene võib ravist abi saada. Kui ravi on näidustatud, on oluline alustada seda nii vara kui võimalik, sest ravi aitab vältida maksakahjustust ning suurendab tervenemise võimalusi. Raviks kasutatakse mitmesuguseid viirusevastaseid preparaate ning ravi kestab tavaliselt 6–12 kuud.

C-hepatiiti nakatumise vastu ei saa end lasta vaktseerida.

## Kuidas vältida B- või C-hepatiiti nakatumist ning teiste inimeste nakatamist?

- Ärge kasutage ühiseid süstlanõelu ning isiklikke tualett-tarbeid (nt hambahari, pardel, maniküürikäärid, juukselõikur) kasutamist, millel võib olla teiste inimeste verejälgi või eemaldage neilt enne kasutamist hoolikalt kõik verepripsmed.
- Kasutage seksuaalvahekorra ajal kondoomi. See on kõige lihtsam viis kaitsta ennast ja oma partnerit B- ja C-hepatiidi ning teiste seksuaalsel teel levivate nakkuste, sealhulgas HI-viiruse eest.
- Kui lasete end tätoveerida või endale kõrva auke teha, siis ainult professionaali juures, kes kasutab protseduuride jaoks alati ühekordseid steriilseid vahendeid.



