

# VIIRUSHEPATIIDID

**Maksapõletikku ehk hepatiiti võivad põhjustada viirused, aga ka mitmed mürgised ühendid jmt. Järgnevalt tuleb juttu just levinumatest viiruslikest maksapõletikest: A-, B- ja C-hepatiidist.**

Rahvasuus tuntakse hepatiiti ka kolatõve nime all, kuna osadel juhtudel kaasneb maksapõletiku põdemisega naha ning silmavalgete kollaseks muutumine.

Samas ei pruugi salalik haigus endast kuidagi märku anda ning leitakse juhuslikult vereanalüüsi võtmise teel või siis, kui juba tüsistused käes. Kollakaks muutunud nahk võib olla aga tingitud ka muudest põhjustest.

## **A-hepatiit – ettevaatust, lõunamaadesse reisijad!**

A-hepatiiti põhjustab nakatumine A-hepatiidi viirusega. Viirus levib eelkõige saastunud toidu ja vee kaudu, aga ka mustade käte ja nakatunud inimese väljaheidete abil.

Oluline on teada, et viirus võib säilida päevi toiduainetes ning vees. Näiteks väike kogus alkoholi viirust kahjutuks ei tee – seega võib nakkuse saada ka alkohoolse kokteili sees kasutatavatest jääkuubikutest, mille valmistamiseks on kasutatud viirust sisaldavat vett.

Eestis oli viimane nakkuspuhang õnneks eelmisel kümnendil, põhjust liigseks rõõmustamiseks aga pole.

Kuna sagenenud on välisreisid ning eestlaste suureks armastuseks on just lõunamaad, sh Egiptus, esineb ikka ja jälle nn imporditud A-hepatiidi juhte ka meil. Unustada ei tohiks ka hiljutist A-hepatiidi puhangut Lätis, mis samuti eestlasi puutumata ei jätnud. Seega – reisides tasub ettevaatlik olla.

Haigusnähud ilmnevad 2–6 nädalat pärast viirusega kokkupuudet. Tekkida võivad palavik, isutus, lihasvalud, oksendamine, äärmine jõuetus, naha ja silmavalgete kollakaks muutumine jm haigusnähud.

Kuigi haiguse põdemine on väga vaearikas, ei põhjusta A-hepatiidi viirus tõve kroonilist kulgu ja põdemisjärgselt kujuneb eluaegne immuunsus.

Et vältida nakatumist, tuleb kinni pidada hügieeninõuetest. Korralik kätepesu on asendamatu, samuti võiks reisil (eelkõige lõunamaades) olles eelistada pudelivett, loobuda jääga jookidest, vältida koorikloomade ning pesemata tooreste juur- ja puuviljade söömist. Söödav toit peaks olema keedetud, praetud või küpsetatud.

A-hepatiidi profülaktilise meetmena on kasutusel ka vaktsiin, mida kindlasti peaks soovutama arengumaadesse reisijale, aga miks mitte ka teistes riikides käijatele. Infot jagavad nii perearstid kui reisikabineti nõustajad.

## **B-hepatiidi viirus – 100 korda nakkavam kui HIV**

B-hepatiiti põhjustav B-hepatiidi viirus on ääretult “sitke” – mitu korda nakkavam kui nt HI-viirus ning väliskeskonna tingimustele tohutult vastupidav.

Viirus levib verega: vereülekanetel, saastunud süstaldega süstides, eri tüüpi vigastustega, mikrotraumade kaudu. Näiteks nakatunud inimese žiletti või hambaharja kasutades, tööveerimisel, kõrvade augustamisel jne. Samuti seksuaalsel teel ning nakatunud emalt vaststündinule.

Haigusnähtudest võivad esineda väsimus, isutus, kehatemperatuur

ri tõus, valulikkus parema roidekaare all (maksapiirkonnas), naha kollaseks muutumine, naha sügelus jm. Tasub aga teada, et ligi kolmandikul nakatunutest ei pruugi ühtegi sümptomit esinedagi.

Erinevalt A-hepatiidist on selle viirushepatiidi puhul oht muutuda krooniliseks. Kusjuures, mida noorem on nakatunud inimene, seda tõenäolisem see on. Siit ka üks põhjus, miks on riiklikku vaktsineerimisprogrammi toodud sisse imikute vaktsineerimine B-hepatiidi vastu – enamik nakatunud väikestest maailmakodanikest võiks jääda kroonilisteks haigeteks!

Miks on haiguse krooniliseks muutumine ohtlik? Põhjus peitub suures riskis saada maksatsirroos või lausa maksavähk.

Kuidas ohtlikku haigusse nakatumist vältida? Kindlasti peab hoiduma võõrastest hügieenivahenditest (pardlid, hambaharjad jne). Tätoveeringu tegemine või nabarõnga panek tasuks aga teha tuntud ja tunnustatud salongides, kus on kindel, et järgitakse ohutusnõudeid. Nakatumist seksuaalsel teel aitab vähendada kondoomi kasutamine. Haavad ja kriimustused tasub katta plaastriga, samuti vältida kokkupuudet võõra inimese verega (meditsiinitöötajad kasutavad seetõttu ka kummikindaid).

Parim viis B-hepatiiti ennetada on selle vastu vaktsineerida. Riiklikust vaktsineerimiskavast leiame nii imikute vaktsineerimise (esimesel eluaastal) kui ka 12aastaste laste immuniseerimise (kui last pole imikueas vaktsineeritud), kaugeltki kõik inimesed pole aga B-hepatiidi eest kaitstud. Vaktsineerimise soovi korral tasub nõu pidada perearstiga, sagedasel reisijal on võimalik A- ja B-hepatiidi vastane vaktsineerimine ka ühendada.

## **C-hepatiit – äge haigus muutub sageli krooniliseks**

C-hepatiidi viirus levib eelkõige vere ja kehavedelike kaudu, nagu B-hepatiitki. Enamik nakatumisi toimub kokkupuutel verega, nt saastunud süstalde kasutamisel, tätoveeringute tegemisel jm juhtudel. Sugulisel teel nakatumine on üsna harv, ent siiski võimalik. Ka nakkuse kandumine emalt lapsele on raseduse või sünnituse käigus võimalik.

**A-hepatiidi viirus võib säilida päevi toiduainetes ja vees. Nakkuse võib saada ka kokteilis või mahlas hulpvatetest jääkuubikutest, mis on valmistatud viirust sisaldavast veest.**

