

## **Aufklärung zum Welt-Hepatitis-Tag**

### **„NOhep... für eine Welt ohne Hepatitis“**

Strausberg / Wriezen, 28. Juli 2016. Seit 2011 wird der Welt-Hepatitis-Tag jährlich am 28. Juli, dem Geburtstag des Entdeckers des Hepatitis B-Virus Professor Dr. Baruch Bloomberg, begangen. Ziel dieses Tages ist es, die Öffentlichkeit für die Gefahren der Hepatitis zu sensibilisieren und für Vorbeugemaßnahmen zu werben. Weltgesundheitsorganisation und Bundesregierung wollen die übertragbaren Hepatitisformen bis 2030 besiegen. Das diesjährige Motto in Deutschland lautet deshalb: „NOhep... für eine Welt ohne Hepatitis“

Dr. Christian Jenssen, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin des Krankenhauses Märkisch-Oderland und anerkannter Spezialist für Erkrankungen von Leber, Gallensystem, Bauchspeicheldrüse und Verdauungsorganen nimmt diesen Tag zum Anlass, um die wichtigsten Fragen zum Thema Hepatitis zu klären.

### **Was ist eigentlich eine Hepatitis:**

Eine Hepatitis ist eine Entzündung der Leber. Die infektiösen Hepatitiden werden überwiegend durch Viren verursacht, die in besonderer Weise die Leber angreifen. Virushepatitiden werden nach dem Alphabet bezeichnet. Derzeit kennt man die Hepatitis A, B, C, D, E und G. Ob die im bisherigen Hepatitisalphabet fehlende Hepatitis F existiert, ist umstritten. Neben diesen Hepatitisviren können auch andere Viren und Bakterien eine Hepatitis auslösen, allerdings stehen dann andere Organe mehr im Vordergrund der Infektion. Eine infektiöse Hepatitis kann akut und im schlimmsten Falle lebensbedrohlich verlaufen. Bei mehreren Hepatitisformen ist ein chronisch-schleichender Verlauf häufig, so bei der Hepatitis B und C. Auch nicht-infektiöse Ursachen sind möglich. Das bekannteste Beispiel ist die Fettleberhepatitis, die entweder durch übermäßigen Alkoholgenuss oder aber bei Patienten mit Diabetes mellitus und Fettstoffwechselstörungen entsteht und einen chronischen Verlauf nimmt. Die insgesamt seltene, überwiegend Frauen betreffende Autoimmunhepatitis führt zu einer chronischen Leberentzündung durch eine Fehlregulation des Immunsystems. Auch Medikamente, Heilkräuter und Nahrungsmittelergänzungstoffe können eine Hepatitis auslösen – bekannt ist die „Schöllkrauthepatitis“. Schöllkraut ist paradoxerweise in Leber- und Gallentees und einigen frei verkäuflichen Medikamenten gegen Gallenbeschwerden enthalten.

### **Welche Bedrohung liefert die Krankheit für den Körper, wenn es keine Behandlung gibt oder wenn diese zu spät kommt?**

Generell unterscheidet man zwischen einer akuten Hepatitis, die meist folgenlos abheilt (wie z.B. bei Hepatitis A oder E) und einer chronischen Hepatitis. Diese kann einen langfristigen, oft schleichenden und lange unbemerkten Verlauf nehmen und unbemerkt und unbehandelt zur Ausbildung einer Leberzirrhose mit allen ihren möglichen lebensbedrohlichen Komplikationen führen (vor allem: Bauchwasser, Nierenversagen, Speiseröhrenkrampfadem, Stoffwechselvergiftung mit Leberkoma, Leberzellkrebs). Etwa 20.000 Menschen sterben in Deutschland jährlich an den Folgen der Leberzirrhose, zusätzlich noch einmal etwa 8.000 Menschen an Leberzellkrebs. In Märkisch-Oderland sind das zwischen 60 und 80 Menschen.

### **Wie viele Menschen in Märkisch-Oderland sind von Hepatitis betroffen?**

Hepatitis ist häufig. In Ländern mit geringem allgemeinem Wohlstand und schlechten Hygienebedingungen sind die ansteckenden Virushepatitiden ein riesiges Problem, während in Deutschland und anderen Wohlstandsgesellschaften die Fettleberhepatitis eine „stille Seuche“ mit bisher nur zu erahnenden Spätfolgen ist. Weltweit leidet einer von zwölf Menschen an einer Hepatitis B oder C. Jeden Tag sterben auf diesem Planeten 4.000 Menschen an Virushepatitis.

In Deutschland ist etwa die Hälfte aller Menschen im Alter von 18 bis 79 Jahren entweder gegen Hepatitis A geimpft oder hat eine Hepatitis A durchgemacht, die allermeisten ohne es zu bemerken oder mehr Symptome als leichtes Unwohlsein verspürt zu haben. Hepatitis A

wird nie chronisch. Hepatitis B ist dagegen viel seltener: etwa mehr als vier Prozent der deutschen Erwachsenen haben eine Hepatitis B überstanden. Eine aktive akute oder chronische Infektion haben nur 0,3 Prozent aller Erwachsenen. Das sind etwas mehr als 500 Menschen im Landkreis. Noch einmal die gleiche Anzahl entfällt auf die Hepatitis C, die in mehr als der Hälfte chronisch wird. Auf diese etwa 1000 Menschen in MOL gilt es aber zu achten, weil unbehandelt chronische Hepatitis B und C in den meisten Fällen zur Leberzirrhose führen. Für beide Erkrankungen ist eine effektive Behandlung verfügbar. Insbesondere die Hepatitis C, die früher geringe Heilungsaussichten bei schlecht verträglicher Therapie hatte, ist seit etwa einem Jahr aufgrund neuer Medikamentenentwicklungen eine ausgezeichnet behandelbare, heilbare Erkrankung geworden. Genaue Zahlen zur Fettleberhepatitis sind nicht bekannt. Es wird geschätzt, dass jeder fünfte deutsche Erwachsene eine Fettleberhepatitis hat, in Märkisch-Oderland sind das etwa 30.000 Menschen. Autoimmunhepatitis ist dagegen sehr selten: Zwischen 20 und 30 Patientinnen und Patienten dürfte es im Landkreis geben.

### **Wie ist die Krankheit übertragbar?**

Hepatitis A ist die häufigste Form der ansteckenden Hepatitis. Der verantwortliche Virus wird von Mensch zu Mensch durch Tröpfcheninfektion oder durch verunreinigtes Trinkwasser übertragen. Hepatitis B, C und G sind nur durch Blut und andere Körperflüssigkeiten bei Eindringen in die Blutbahn übertragbar. Hier können die Nutzung von nicht sterilisierten Nadeln für Drogeninjektionen oder Tätowierungen, die Übertragung von der Mutter auf das Baby, selten auch ungeschützter Geschlechtsverkehr und auch medizinische Maßnahmen Ursachen sein. Allerdings werden Blutkonserven so gut getestet, dass die Transfusionsbehandlung so gut wie keine Rolle mehr bei der Übertragung spielt.

Hepatitis E ist eine eigentlich in Asien beheimatete Erkrankung, die wie Hepatitis A vorwiegend durch verunreinigtes Trinkwasser übertragen wird. In Brandenburg hat die Zahl der Erkrankten zu genommen, da die Übertragung durch infiziertes Schweine- und Wildfleisch stattfindet. Hepatitis D spielt eine geringe Rolle und kann nur bei Patienten mit einer Hepatitis B wirksam werden. Hepatitis A bis G wird durch verschiedene Viren ausgelöst. Seltener können auch andere Viren und Bakterien Hepatitis auslösen. Hier gibt es sehr verschiedene Übertragungswege.

### **Was sind die Symptome einer Hepatitis-Krankheit?**

Eine voll ausgeprägte akute Hepatitis führt zur Gelbsucht (Gelbfärbung von Augen und Haut), erhöhten Temperaturen, Übelkeit und Unwohlsein. Extrem selten sind hoch akute Verläufe, die innerhalb weniger Tage ähnlich wie eine Knollenblätterpilzvergiftung zum Leberversagen und Tod führen können. Oft verläuft eine akute Hepatitis aber auch unbemerkt oder mit ganz leichten Allgemeinsymptomen.

### **Wann sollte man sich von einem Facharzt untersuchen lassen?**

Gelbsucht ist immer ein Grund, unverzüglich einen Arzt aufzusuchen, der dann durch gute Befragung (Umgebungserkrankungen? Reisen? Impfstatus? Ungeschützter Sex? Alkohol? Neue Medikamente? Genuss von nicht durchgegartem Wildfleisch?) sowie mittels Labor und Ultraschall in sehr kurzer Zeit die Diagnose stellen kann. Natürlich gibt es auch andere Ursachen von Gelbsucht wie Gallengangsteine, Leberzirrhose, einen Lebertumor oder einen Tumor von Gallenwegen oder Bauchspeicheldrüse, die sofort erkannt und behandelt werden müssen. Ultraschall ist die beste Methode, um schwere Lebererkrankungen und ihre Komplikationen zu erfassen. Neuerdings lässt sich mit Ultraschallmethoden (Elastographie) auch die Lebersteifigkeit messen, die bei chronischer Hepatitis erhöht ist. Damit sind auch Verlaufskontrollen unter Behandlung möglich. Wir verfügen am Standort Wriezen über die Möglichkeit zur Leberelastographie.

### **Wie kann man frühzeitig bzw. präventiv dagegen vorgehen?**

Gut wirksame und verträgliche Impfungen gibt es gegen Hepatitis A und B. Etwa ein Viertel aller Deutschen haben einen Impfschutz gegen Hepatitis A, etwa ein Drittel sogar gegen Hepatitis B. Sie sind nicht geimpft? Dann sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt! Gegen Hepatitis

C gibt es leider bisher keinen Impfschutz. Vor allen übertragbaren Hepatitisformen kann man sich aber auch durch dem Übertragungsweg entsprechende einfache hygienische Maßnahmen recht gut schützen. Das reicht vom Verzicht auf Genuss nicht abgekochten Wassers in hygienisch problematischen Regionen dieser Erde (Hepatitis A und E) über den Verzicht auf ungeschützten Sex mit „Unbekannten“, insbesondere mit Risikopersonen (Drogensüchtige) (Hepatitis B, C, G) bis hin zum Verzicht auf Genuss von rohem bzw. unzureichend gegartem Wild (wichtig in der Grillsaison: Hepatitis E). Und eine chronische Hepatitis (B, C, Autoimmunhepatitis) sollte man früh erkennen, da wirksame Behandlungen verfügbar sind. Gegen Fettleberhepatitis durch Alkohol schützt der Verzicht auf reichlichen Alkoholgenuss. Aber jede Leber ist unterschiedlich empfindlich. Bei jungen Frauen können schon 30 Gramm reiner Alkohol über einen längeren Zeitraum pro Tag ausreichen, um eine tödliche Fettleberhepatitis auszulösen. Das entspricht einer halben Flasche Wein oder zwei kleinen Flaschen Bier (0,33 l). Die beste Vorbeugung gegen die nichtalkoholische Fettleberhepatitis sind Normalgewicht, eine gesunde Lebensweise (viel Bewegung!) und eine ausgewogene Ernährung. Und übrigens: drei bis fünf Tassen Kaffee helfen vorbeugend gegen die Entwicklung schwerer Lebererkrankungen und können auch bei bereits eingetretener chronischer Lebererkrankung das Fortschreiten zu einer Leberzirrhose bremsen!