

Hepatitt C – råd til deg som er smittet

Blodprøver viser at du har antistoff mot hepatitt C virus. Dette tyder på at du en gang er blitt smittet med dette viruset.

Hepatitt C virus gir i mange tilfeller ingen sykdomssymptomer, men til tross for det kan du være bærer av viruset i årevis. Mange får en kronisk betennelse i leveren med risiko for utvikling av skrumplever og leverkreft.

Smittemåter for dette viruset er foreløpig ikke fullstendig klarlagt. De fleste som i dag får påvist hepatitt C er blitt smittet ved tidligere eller nåværende sprøytebruk eller gjennom blodoverføring for mange år siden. Risikoen for seksuell overføring er liten, men kan ikke utelukkes.

Blodet ditt kan smitte andre dersom det kommer inn i en annen persons blodbane. Det kan skje ved stikk, kutt/skjæring med blodforurensete gjenstander, f.eks. stikkskade/felles bruk av sprøyter og spisser. Det finnes ingen vaksine mot hepatitt C.

Behandling

I de senere årene har behandlingsmulighetene for kronisk hepatitt C blitt betydelig bedre. Alle som får påvist kronisk hepatitt C-infeksjon vil derfor vurderes av spesialist for behandling. Dette gjelder uansett hvilken genotype du er smittet med, uansett om du føler deg syk eller har fått påvist leverskader og uansett hvordan du er blitt smittet. Det er viktig med kontroll etter avsluttet behandling og 3 måneder senere. Hvis du da er virusfri, anses du som varig virusfri og dermed helbredet.

Gjennomgått behandling gir ikke beskyttelse mot å bli smittet på nytt dersom man fortsetter med risikofylt atferd. Behandlingen varer normalt i 12 uker og ca. 95 % av de behandlede kvitter seg med viruset, og man vil ikke lenger kunne smitte andre. Behandlingen er gratis og har få bivirkninger. Sikkerhet og effekt av behandling av gravide for å redusere mor-til-barn smitte er ikke utredet og anbefales derfor ikke.

Dersom du planlegger graviditet bør du få behandling mot infeksjonen før du blir gravid.



trygghet når du trenger det mest

For å forebygge at andre smittes, må du ta følgende forholdsregler:

- Du kan ikke være giver av blod, vev, eller sæd.
- Opplys alltid din lege eller tannlege om hepatitt C-smitten. Det samme gjelder dersom du skal ta akupunktur, hull i ørene, tatovering eller annen behandling hvor skarpe verktøy/instrumenter anvendes.
- Dersom du av en eller annen årsak bruker sprøyter og nåler, må du ikke la andre anvende/komme i kontakt med disse.
- Vær omhyggelig med bandasjering av selv ganske små skader og rifter.
- Unngå søl med menstruasjonsblod. Bandasjer og bind bør pakkes inn før de kastes sammen med annet avfall, eventuelt kan de brennes.
- Vær nøye med håndvask etter blodsøl og personlig stell.
- Dersom du må ha hjelp ved stell/bandasjering av blødende sår, bør hjelperen bruke engangshansker.
- Det kan komme små mengder blod på håndklær, vaskekluter, barbersaker, tannbørste, tannglass o.a. Lån ikke bort dine toalettsaker til andre.
- Ha egen tannkrem og såpe.
- Ved seksuell kontakt oppstår lett småskader på slimhud. Vurder å bruke kondom ved samleie.
- Ved blodsøl på klær / tekstiler anbefales "kokevask" (80 grader eller mer) for de plaggene som tåler det. Andre klær vaskes på vanlig måte.
- Oppvask av spisebestikk og servise gjøres på vanlig måte. Grundig skylling med varmt vann anbefales. Bruk oppvaskmaskin dersom du har det.
- Skulle du ved et uhell søle noe av ditt blod på en annen persons hudskade / sår eller øyne, bør du råde vedkommende til å skylle med rikelig med vann med en gang, eventuelt vaske med såpe og vann og deretter ta kontakt med lege for råd.

I fødsel og barseltid:

- Hepatitt C kan i sjeldne tilfeller overføres fra mor til barn under fødselen. Det er ikke dokumentert at behandling eller spesielle forholdsregler under graviditet/forløsning reduserer smitterisiko for barnet. Vaginal forløsning anbefales.
- Personalet vil bruke frakk og hansker når de håndterer blod.
- Du skal bruke eget toalett og dusj, men kan ellers bevege deg fritt i avdelingen.

trygghet når du trenger det mest

- God håndhygiene er ekstra viktig!
- Sprit godt av stellebenken før og etter bruk.
- Du kan amme ditt barn.
- Barnet blir fulgt opp med blodprøve med tanke på smitte av hepatitt C.

trygghet når du trenger det mest