



**ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ**  
**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ**

**ΗΠΑΤΙΤΙΔΑ Α:**  
**ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ & ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ**

**Τι είναι η ηπατίτιδα Α;**

Η ηπατίτιδα Α είναι μια νόσος του ήπατος που προκαλείται από τον ιό της ηπατίτιδας Α. Είναι σχετικά συχνή νόσος, ιδιαίτερα σε περιοχές με έλλειψη ή κακή ποιότητα αποχετευτικών συστημάτων, καθώς και σε εκείνες όπου επικρατούν ελλιπείς συνθήκες υγιεινής. Ο καθένας μπορεί να νοσήσει με ηπατίτιδα Α. Η βαρύτητα της νόσου ποικίλει από τις περιπτώσεις ήπιας νόσησης, στις οποίες τα συμπτώματα διαρκούν 1-2 εβδομάδες, έως την πιο σοβαρή μορφή, στην οποία τα συμπτώματα διαρκούν έως και μήνες.

**Πώς μεταδίδεται η ηπατίτιδα Α;**

Ο ιός της ηπατίτιδας Α αποβάλλεται με τα κόπρανα από τον οργανισμό και μεταδίδεται: α) με την κατανάλωση μολυσμένου τροφίμου ή νερού, β) μέσω οποιουδήποτε αντικειμένου που έχει έρθει σε επαφή με τα κόπρανα ενός μολυσμένου ατόμου και στη συνέχεια έρχεται σε επαφή με το στόμα ενός άλλου, γ) μέσω σεξουαλικής επαφής (πρωκτο-στοματική), δ) μέσω κοινής χρήσης ενδοφλέβιων ναρκωτικών ουσιών και σπανιότερα ε) με μετάγγιση αίματος ή παραγώγων αυτού στη φάση της ιαιμίας.

Επιδημίες ηπατίτιδας Α έχουν συσχετιστεί με την κατανάλωση: α) μολυσμένου νερού, β) ωμών ή ατελώς μαγειρεμένων μολυσμένων οστρακοειδών, γ) άλλων μολυσμένων τροφίμων όπως μαρούλι, κατεψυγμένες φράουλες, λιαστές ντομάτες και δ) τροφίμων που μολύνθηκαν από χειριστές τροφίμων.

### **Ποιος είναι περισσότερο πιθανό να νοσήσει με ηπατίτιδα A;**

Αν και οποιοσδήποτε μπορεί να νοσήσει με ηπατίτιδα A, κάποια άτομα διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο όπως:

- οι ταξιδιώτες ή όσοι κατοικούν σε χώρες όπου η νόσος είναι συχνή
- οι σεξουαλικά ενεργοί ομοφυλόφιλοι άνδρες
- τα άτομα που διαμένουν με ασθενή που νοσεί με ηπατίτιδα A
- τα άτομα που ο ερωτικός τους σύντροφος έχει ηπατίτιδα A
- οι τοξικομανείς
- τα άτομα με διαταραχές στους παράγοντες πήξης του αίματος (π.χ. αιμορροφιλία)

### **Πόσος χρόνος μεσολαβεί από την έκθεση μέχρι την εμφάνιση των συμπτωμάτων;**

Ο χρόνος που μεσολαβεί από την έκθεση (π.χ. κατανάλωση ενός μολυσμένου τροφίμου) μέχρι την εμφάνιση των συμπτωμάτων κυμαίνεται από 15 έως 50 ημέρες. Ο μέσος χρόνος είναι 28 ημέρες.

### **Για πόσο διάστημα μπορεί να μεταδίδει το νόσημα ένα άτομο που έχει μολυνθεί με τον ιό της ηπατίτιδας A;**

Ένα μολυσμένο άτομο μπορεί να μεταδώσει το νόσημα δύο εβδομάδες πριν την έναρξη των συμπτωμάτων έως και μία εβδομάδα μετά την εμφάνιση τους. Στα βρέφη και στα μικρά παιδιά η περίοδος μεταδοτικότητας μπορεί να διαρκέσει μεγαλύτερο διάστημα (έως και 6 μήνες).

### **Ποια είναι τα συμπτώματα της ηπατίτιδας A;**

Στους ενήλικες η έναρξη των συμπτωμάτων είναι συνήθως αιφνίδια με πυρετό, κούραση, απώλεια όρεξης, ναυτία, διάρροιες, εμετούς, σκούρα ούρα και κοιλιακό πόνο, ενώ λίγες ημέρες αργότερα εμφανίζεται ίκτερος (κίτρινη χροιά στο δέρμα και στα μάτια). Τα μικρά παιδιά που έχουν μολυνθεί με τον ιό της ηπατίτιδας A συνήθως δεν παρουσιάζουν συμπτώματα, αλλά ακόμη και όταν εμφανίζουν συμπτώματα, αυτά είναι ήπια.

### **Πόσο διαρκούν τα συμπτώματα της ηπατίτιδας A;**

Τα συμπτώματα συνήθως διαρκούν 1-2 εβδομάδες, ωστόσο σε πιο σοβαρές περιπτώσεις, μπορεί να διαρκέσουν ως και 6 μήνες.

### **Υπάρχουν μακροχρόνιες συνέπειες από τη νόσηση με ηπατίτιδα A;**

Δεν υπάρχουν μακροχρόνιες συνέπειες και δεν υπάρχει χρόνια ηπατίτιδα A. Η ανάρρωση από την ασθένεια επιφέρει χρόνια ανοσία. Αυτό σημαίνει ότι όταν ένα άτομο νοσήσει με ηπατίτιδα A, δεν θα νοσήσει ξανά.

### **Πώς γίνεται η διάγνωση της ηπατίτιδας A;**

Όταν ένα άτομο εμφανίσει κάποια από τα προαναφερόμενα συμπτώματα μπορεί να επισκεφθεί κάποιο νοσοκομείο ή τον οικογενειακό του γιατρό, όπου με τη λήψη ιστορικού και δείγματος αίματος μπορεί να τεθεί η διάγνωση της ηπατίτιδας A. Η εργαστηριακή διάγνωση της νόσου μπορεί να γίνει, 5-10 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό και για διάστημα περίπου 3 μηνών, με την ανίχνευση των ειδικών αντισωμάτων έναντι του ιού της ηπατίτιδας A στο αίμα των ασθενών.

### **Πώς αντιμετωπίζεται η ηπατίτιδα A;**

Δεν υπάρχει ειδική θεραπεία για την ηπατίτιδα A και ουσιαστικά αντιμετωπίζονται τα συμπτώματα της νόσου.

### **Τι μπορεί να κάνει κανείς για να προστατευτεί από την ηπατίτιδα A;**

- αυστηρή τήρηση των κανόνων υγιεινής στο οικιακό και εργασιακό περιβάλλον (πλύσιμο χεριών μετά την τουαλέτα και πριν από κάθε χειρισμό τροφίμων, κ.α.)
- σχολαστική απολύμανση των επιφανειών στο σπίτι, σε βρεφονηπιακούς/ παιδικούς σταθμούς, σε σχολεία και σε χώρους εστίασης. Η αναλογία οικιακής χλωρίνης και νερού βρύσης που συστήνεται για την αποτελεσματική απολύμανση των επιφανειών είναι 1:100.
- αποφυγή κατανάλωσης μη χλωριωμένου νερού ή νερού άγνωστης προέλευσης

- μαγείρεμα των οστρακοειδών στον ατμό για τουλάχιστον 90 δευτερόλεπτα ή βράσιμο τους στους 85-90 βαθμούς Κελσίου για 4 λεπτά πριν την κατανάλωση
- εμβολιασμός. Στην Ελλάδα, κυκλοφορούν δύο εμβόλια κατά της ηπατίτιδας Α με υψηλή αποτελεσματικότητα.
- σε περίπτωση που κάποιος επιθυμεί να ταξιδέψει ή να εργαστεί σε κάποια αναπτυσσόμενη χώρα μπορεί να πληροφορηθεί από τις αρμόδιες υπηρεσίες δημόσιας υγείας σχετικά με α) το αν θα πρέπει να εμβολιαστεί κατά της ηπατίτιδας Α, β) τα βασικά μέτρα υγιεινής που πρέπει να τηρεί στη διάρκεια του ταξιδιού κ.α. Για περισσότερες πληροφορίες, οι ταξιδιώτες μπορούν να επισκεφθούν την ιστοσελίδα του ΚΕ.ΕΛ.Π.ΝΟ και συγκεκριμένα την ηλεκτρονική διεύθυνση του Γραφείου Ταξιδιωτικής Ιατρικής:  
[http://www.keel.org.gr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=124%3A2010-09-08-11-05-06&catid=51%3A2010-08-03-08-08-08-08&Itemid=34](http://www.keel.org.gr/index.php?option=com_content&view=article&id=124%3A2010-09-08-11-05-06&catid=51%3A2010-08-03-08-08-08-08&Itemid=34)

### **Ποιοι πρέπει να εμβολιάζονται κατά της ηπατίτιδας Α;**

Στην Ελλάδα, ο εμβολιασμός κατά της ηπατίτιδας Α είναι συστήνεται σε όλα τα υγιή παιδιά άνω του ενός έτους, καθώς και στους:

- ταξιδιώτες σε περιοχές όπου το νόσημα είναι συχνό
- επαγγελματίες υγείας
- επαγγελματίες διακίνησης τροφίμων
- προσωπικό ιδρυμάτων
- προσωπικό καθαριότητας δημόσιων και ιδιωτικών εκπαιδευτικών ιδρυμάτων
- άτομα σε συνθήκες ομαδικής διαβίωσης (προσωπικό και εσωτερικοί σπουδαστές γυμνασίων/λυκείων, στρατιωτικών και αστυνομικών σχολών, ειδικών σχολείων ή σχολών, τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων κ.α.)
- ομοφυλόφιλοι άνδρες
- τοξικομανείς
- άτομα με χρόνια λοίμωξη με τον ιό της ηπατίτιδας Β

## **Ποιοι δεν πρέπει να εμβολιάζονται κατά της ηπατίτιδας Α;**

Ένα άτομο που επιθυμεί να εμβολιαστεί θα πρέπει να ενημερώσει το γιατρό του για τυχόν αλλεργίες του. Όσοι στο παρελθόν έχουν παρουσιάσει σοβαρή αλλεργική αντίδραση στο εμβόλιο της ηπατίτιδας Α ή έχουν αλλεργία σε κάποιο από τα συστατικά του δεν πρέπει να εμβολιάζονται. Επίσης, το εμβόλιο δεν χορηγείται σε βρέφη μικρότερα του ενός έτους.

Τελευταία ενημέρωση: Φεβρουάριος 2011

Συγγραφή - Επιμέλεια: Θ. Σιδερόγλου, Κ. Μέλλου

Γραφείο Τροφιμογενών Νοσημάτων