



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu

*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

WAT IS HEPATITIS A?

Algemene informatie

Dit is een uitgave van:

Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu
Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

mei 2013

Deze brochure is ontwikkeld door het
voormalig Nederlands Hepatitis Centrum

INHOUDSOPGAVE

Hepatitis	2
De lever	2
Wat is hepatitis A?	2
Hepatitis A-besmetting	2
Klachten hepatitis A-besmetting	3
Gevolgen hepatitis A-besmetting	3
Behandeling hepatitis A	3
Hepatitis A-risico op reis	4
Hepatitis A risico en werk	4
Preventieve maatregelen tegen hepatitis A	5
Vaccinatie	5
Tenslotte	5

HEPATITIS

Hepatitis is een ontsteking van de lever. Als de ontsteking ontstaat door een virus, spreekt men van virale hepatitis. Virale hepatitis is wereldwijd de meest voorkomende leverziekte. Virussen zijn uiterst kleine deeltjes die, in tegenstelling tot bacteriën, ongevoelig zijn voor antibiotica. Virusinfecties zijn dus niet te genezen met antibiotica. Er zijn momenteel zes verschillende vormen van virale hepatitis bekend. Deze worden aangeduid met de eerste letters uit het alfabet: hepatitis A, B, C, D, E en G. Deze folder gaat over hepatitis A.

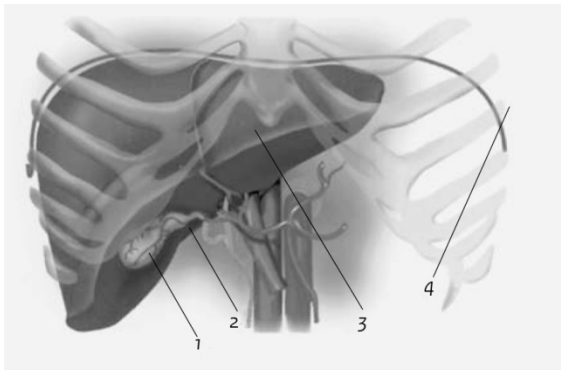
DE LEVER

De lever is een groot en belangrijk orgaan. Bij een volwassene is de lever zo groot als een voetbal en weegt ongeveer 1,5 kg. De lever ligt rechtsboven in de buik achter de ribben.

De lever is voor de mens van levensbelang. Zonder lever kan een mens niet leven. De lever is te vergelijken met een kleine chemische fabriek, waarin zeer veel processen plaatsvinden.

De belangrijkste processen zijn:

- ombouw, opslag en afgifte van energierijke stoffen;
- aanmaak van eiwitten, o.a. voor bloedstolling en activering van vitamines;
- onschadelijk maken van allerlei voor het lichaam giftige stoffen, zoals stoffen die met het voedsel het lichaam binnenkomen, alcohol en geneesmiddelen;
- vorming van gal; een vloeistof die ervoor zorgt dat vetten in het voedsel verteerd en opgenomen kunnen worden.



1. galblaas
2. galgang
3. lever
4. middenrif

WAT IS HEPATITIS A?

Hepatitis A ontstaat door het hepatitis A-virus. Hepatitis A is een minder ernstige vorm van hepatitis, die vooral bij kinderen voorkomt. Kinderen hebben vaak geen ziekteverschijnselen. Bij volwassenen veroorzaakt hepatitis A vaak ziekteverschijnselen die enkele maanden kunnen aanhouden. Deze ziekteverschijnselen kunnen bij volwassenen aanzienlijk ernstiger zijn dan bij kinderen, vooral als er al een andere vorm van hepatitis bestaat.

HEPATITIS A-BESMETTING

U kunt besmet raken met het hepatitis A-virus door het eten en drinken van voedsel of water dat verontreinigd is met ontlasting dat het virus bevat. Het virus kan in het voedsel en drinken komen als na de toiletgang en voor het eten of bereiding van eten de handen niet gewassen worden. De kans op besmetting neemt toe naarmate de hygiënische omstandigheden slechter zijn. Te denken

valt aan slechte persoonlijke hygiëne, maar ook aan het ontbreken van goede sanitaire voorzieningen, zoals een goede drinkwatervoorziening en een goed rioleringsstelsel. Riolen die uitkomen in zwembadwater vormen niet alleen voor zwemmers een directe infectiebron, maar ook indirect voor schaal- en schelpdieren, bijvoorbeeld garnalen, oesters en mosselen. Deze voeden zich namelijk met organisch materiaal. Als besmet (zee)voedsel wordt gegeten door mensen kan men hepatitis A krijgen. In verre landen kunnen ook andere voedingsmiddelen een bron van besmetting zijn, bijvoorbeeld rauwe groenten, fruit of salades, omdat deze gewassen kunnen zijn in, of besproeid met, water waarin het hepatitis A-virus zit. Bij jonge kinderen kan dat ongemerkt gebeuren. In Nederland is ongeveer 10% van de jong- volwassenen ooit besmet geweest met het hepatitis A-virus. Daarna zijn zij levenslang beschermd tegen de ziekte. Volwassenen lopen de besmetting meestal op via kinderen of tijdens een reis naar landen waar hepatitis A veel voorkomt: landen in het Middellandse Zeegebied en ontwikkelingslanden. De kans op besmetting is in deze landen veel groter dan in Nederland. Hepatitis A kan soms ook overgedragen worden door seksueel contact, met name door anale seks, dat wil zeggen seks waarbij zeer kleine hoeveelheden ontlasting in de mond komen door bijvoorbeeld het likken van de anus. Hepatitis A kan in uitzonderlijke gevallen ook worden overgedragen door bloed en bloedproducten, bijvoorbeeld stollingsfactoren zoals gebruikt bij de behandeling van hemofiliepatiënten. Wanneer u besmet bent geraakt met het hepatitis A-virus duurt het 2 tot 7 weken voordat u ziek wordt (incubatieperiode). De incubatieperiode is de tijd tussen besmetting met het virus en het krijgen van ziekteverschijnselen. Er ligt dus een periode tussen het besmet raken en het echt ziek worden. In het laatste deel van de incubatieperiode bent u al wel besmettelijk, omdat dan al virusdeeltjes met de ontlasting worden uitgescheiden.

KLACHTEN HEPATITIS A-BESMETTING

Hepatitis A kan zo licht verlopen dat u het niet eens merkt. De verschijnselen treden na de incubatieperiode op en zijn over het algemeen vermoeidheid, lichte koorts, soms pijn in de bovenbuik en misselijkheid. Bij volwassenen gaat hepatitis A meestal gepaard met geelzucht, dit is het geelkleuren van huid en oogwit, het donker worden van urine (de kleur van cola) en het ontkleuren van ontlasting (de kleur van stopverf). Kinderen worden minder vaak geel. U bent besmettelijk tijdens het laatste deel van de incubatieperiode, maar meestal niet meer als de geelzucht begint te verdwijnen, omdat het virus dan overwonnen is. In de praktijk wordt een besmettelijke periode aangehouden van één week voor tot één week na het begin van de klachten (koorts of geelzucht).

GEVOLGEN HEPATITIS A-BESMETTING

Hepatitis A duurt in de meeste gevallen niet langer dan 6 weken. Bij volwassenen kan hepatitis A soms wel drie maanden of langer duren en ernstiger verlopen. Ook patiënten met een chronische leverziekte en hepatitis C hebben een groter risico op een ernstiger ziekteverloop. Tijdens de herstelperiode en daarna kan de patiënt nog lang moe zijn. Bij 10 % van de patiënten treedt een tweede piek van de ziekte op. Als u besmet bent geraakt met het hepatitis A-virus, blijft u geen drager van het virus. Hepatitis A leidt niet tot chronische hepatitis, dat wil zeggen: hepatitis A is geen blijvende ziekte. Als u eenmaal hepatitis A hebt gehad, bent u er de rest van uw leven immuun voor. Heel soms verloopt hepatitis A zo ernstig dat ziekenhuisopname nodig is en in zeldzame gevallen kan iemand er aan overlijden.

BEHANDELING HEPATITIS A

Er is geen behandeling met medicijnen voor hepatitis A. De ziekte moet haar natuurlijke beloop hebben. Als u zich griepig voelt en huid, oogwit, ontlasting en urine verkleuren, moet u naar uw arts gaan. Na lichamelijk onderzoek en bloedonderzoek kan uw arts de diagnose stellen en u adviezen geven om te voorkomen dat u de besmetting aan anderen overdraagt.

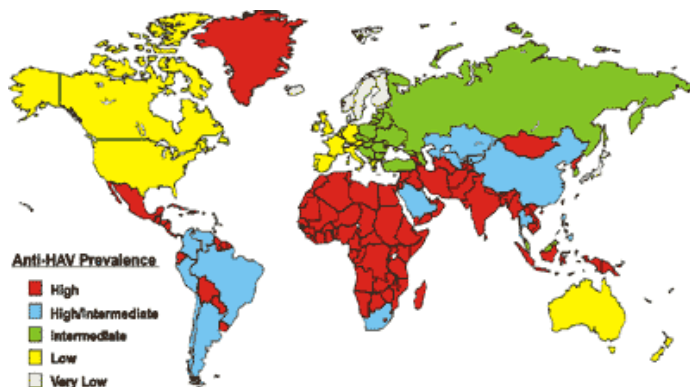
Als u zich ziek voelt, kunt u zelf bepalen of een paar uur rust per dag noodzakelijk is. Het is verstandig om de eerste tijd geen alcohol te gebruiken. Een dieet hoeft u niet te volgen.

HEPATITIS A-RISICO OP REIS

Hepatitis A kan men overal oplopen, maar met name reizigers lopen risico. Overal waar de hygiëne en sanitaire voorzieningen te wensen overlaat bestaat een risico op een infectie met hepatitis A. Op de kaart staan risicogebieden aangegeven. Reist u naar één van deze gebieden en heeft u geen hepatitis A gehad, dan wordt inenting tegen hepatitis A aangeraden.

Ieder jaar worden er in de hele wereld meer dan 10 miljoen mensen met het hepatitis A-virus besmet. In de geïndustrialiseerde landen, zoals Nederland, komt de ziekte vanwege de, in het algemeen, goede hygiëne niet of nauwelijks voor, waardoor mensen meestal geen natuurlijke weerstand tegen hepatitis A hebben. Met name de Nederlandse jongeren zijn nauwelijks beschermd. Bij de ouderen (> 50 jaar) is de kans om reeds beschermd te zijn groter. Geschat wordt dat circa 40% van deze groep de ziekte vroeger heeft doorgemaakt en daardoor levenslang beschermd is tegen hepatitis A.

Global Prevalence of Anti-HAV



HEPATITIS A RISICO EN WERK

U kunt hepatitis A oplopen door contact met besmette ontlasting van menselijke oorsprong. Als u tijdens uw werk met (opgedroogde) ontlasting in aanraking kan komen dan loopt u risico op een besmetting met het hepatitis A-virus.

Enkele voorbeelden van risicoberoepen zijn rioolwerkers, medewerkers in de waterzuivering, medewerkers van een endoscopie-afdeling in een ziekenhuis en leidsters in kindercentra. Maar ook de medewerker die regelmatig voor het werk naar risicogebieden reist. Binnen diverse beroepsgroepen bestaat er dus een kans besmet te raken met het hepatitis A-virus. Iedere werkgever is wettelijk verplicht een risico-inventarisatie en evaluatie (RI&E) te maken, waarin dit soort risico's beschreven staan. Als er sprake is van een verhoogd risico, is uw werkgever wettelijk verplicht deze vaccinatie aan te bieden.

PREVENTIEVE MAATREGELEN TEGEN HEPATITIS A

- Een goede persoonlijke hygiëne vermindert de kans dat u wordt besmet met het hepatitis A-virus. Hepatitis A wordt via de weg ontlasting- mond overgebracht. U dient uw handen dan ook grondig te wassen met zeep nadat u naar het toilet bent gegaan en voordat u het eten klaarmaakt.
- Het hepatitis A-virus wordt overgedragen doordat het virus via zeer kleine hoeveelheden ontlasting in de mond komen. Vermijd daarom seks waarbij er contact is tussen mond en anus.
- Mensen met veel wisselende anaal-orale contacten (vaak homoseksuele contacten) wordt tevens geadviseerd om zich preventief te laten vaccineren tegen hepatitis A.
- Bij patiënten met hemofilie en patiënten met een chronische leverziekte kan hepatitis A ernstiger verlopen. Daarom wordt hen geadviseerd zich te laten vaccineren. Deze vaccinatie wordt in veel gevallen vergoed door de verzekering.
- Als u dus in uw vakantie, op uw werk of in uw privé-leven risico loopt op een besmetting kunt u zich preventief laten vaccineren. Vaccinatie wordt in veel gevallen (gedeeltelijk) vergoed door verzekeraar of werkgever.

VACCINATIE

Bescherming kan verkregen worden door vaccinatie. Vaccinatie wordt aangeboden aan verschillende groepen zoals reizigers, mensen die in hun beroep risico lopen of mensen die in contact zijn geweest met een hepatitis A patiënt. Het is belangrijk dat huis- of klasgenoten van een hepatitis A patiënt beschermd worden, zodat zij de ziekte niet ook kunnen krijgen. Om verdere verspreiding te voorkomen, zal de plaatselijke GGD uitzoeken waar de ziekte vandaan komt en wie risico hebben gelopen.

Vaccinatie (2 injecties) biedt minimaal 15 jaar bescherming, mogelijk zelfs levenslang. Na de eerste injectie bent u al beschermd. Wel dient dan 1/2 jaar tot 1 jaar na de eerste inenting een herhalingsprik gegeven te worden. Als reiziger naar een risicogebied kunt u deze tweede prik ook uitstellen tot u de volgende keer naar een risicogebied reist. De tweede injectie is nodig om de bescherming voor langere tijd te behouden. Behalve bij uw arts kunt u deze inentingen halen bij de gezondheidsdienst (GGD) in uw omgeving of een vaccinatiebureau. Vaccinatie met het combinatievaccin (hepatitis A en B) kent een vaccinatieschema van 3 injecties op maand 0,1 en 6. Het vaccin werkt bij vrijwel iedereen. Bij uitzondering kan op advies van een specialist besloten worden om de hoeveelheid antistoffen na vaccinatie te bepalen. Deze bepaling is geen standaardprocedure maar wordt bijvoorbeeld gedaan bij patiënten die een ziekte hebben aan het afweersysteem. Als vaccinatie (naar verwachting) niet aanslaat, kan tijdelijke bescherming met een injectie immuunglobuline tegen hepatitis A verkregen worden. Deze bescherming is echter maar van korte duur. Het gebruik van bloedproducten brengt altijd enig risico met zich mee, daarom wordt altijd eerst vaccinatie overwogen.

TENSLOTTE

Wanneer u na het lezen van deze brochure vragen heeft over uw specifieke situatie kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts, GGD of behandelend specialist.