

# A HEPATĪTS



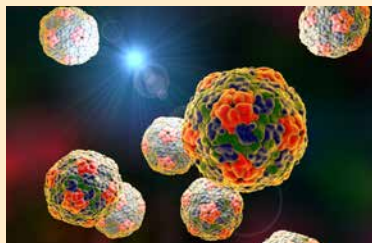
Slimību profilakses un  
kontroles centrs

Informācija sagatavota  
2019. gadā

## KAS IR HEPATĪTS?

Hepatīts ir aknu iekaisums, to var izraisīt toksiskās vielas (piemēram, alkohols), autoimūnās saslimšanas un citas infekcijas, taču visbiežāk hepatīta ierosinātāji ir hepatīta vīrusi. Plašāk izplatīti ir A hepatīts, B hepatīts un C hepatīts.

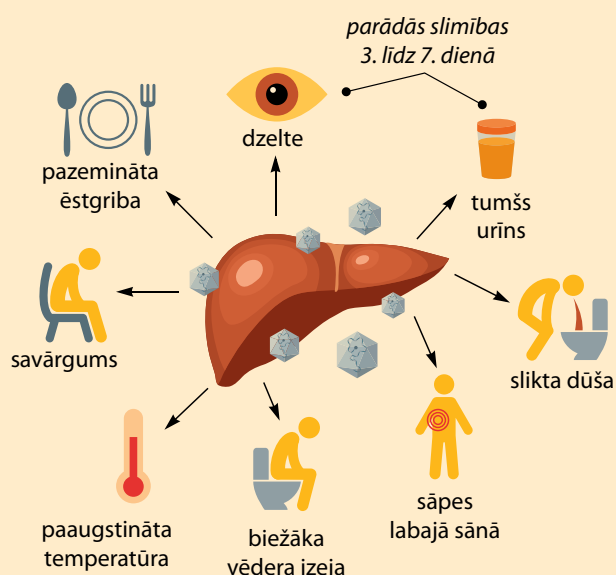
## KAS IR A HEPATĪTS?



A hepatīts ir akūta aknu infekcijas slimība, ko izraisa A hepatīta vīruss. A hepatīts parasti norit vieglā formā, bet mēdz būt gadījumi, kad slimības laikā rodas komplikācijas un aknu darbības traucējumi. Atšķirībā no B un C hepatīta, A hepatītam hroniskās formas tikpat kā neveidojas.

## KĀDI IR A HEPATĪTA SIMPTOMI?

### SLIMĪBAS RAKSTURĪGĀKĀS PAZĪMES:



No inficēšanās brīža līdz parādās pirmie slimības simptomi pāiet no 15 līdz 50 dienām (vidēji 4 nedēļas).

- Infekcija ilgst vairākas nedēļas ar atveseļošanās periodu vairāku mēnešu garumā.
- Bērniem infekcija biežāk norit vieglā formā vai bez izteiktiem simptomiem.
- Divas trešdaļas A hepatīta gadījumu noris bez dzeltes.

## KĀ VAR INFICĒTIES AR A HEPATĪTU?

A hepatīts izplatās kā zarnu infekcija (fekāli orālais inficēšanās ceļš). Infekcijas avots ir inficētā persona, kas izdala A hepatīta vīrusu ar fekālijām. Jau otrajā nedēļā pēc inficēšanās (pirms simptomu parādīšanās) vīruss izdalās ar slimnieka fekālijām. Tas nozīmē, ka cilvēks, pats jūtoties vesels, var izplatīt infekciju.

### IZPLATĪŠANĀS CEĻI:

- no cilvēka uz cilvēku tieša kontakta ceļā;
- ar koplietošanas priekšmetiem (piemēram, ūdensvadu krāni, durvju rokturi, klozetpodi, margas utml.), kas piesārņoti ar slimnieka fekālijām pat acīm neredzamā daudzumā;
- dzerot ūdeni vai lietojot uzturā produktus, kas piesārņoti ar A hepatīta vīrusu;
- dzimumakta laikā ar inficēto personu, īpaši praktizējot riskantas seksuālas aktivitātes;
- peldoties ūdenskrātuvēs, kas piesārņotas ar notekūdeņiem un cilvēku fekālijām.

## KĀ DIAGNOSTICĒ A HEPATĪTU?

Apstiprināt A hepatītu ir iespējams, veicot asins analīzes.

## KAS JĀIEVĒRO ĀRSTĒŠANĀS LAIKĀ?

Ārstēšanas laikā jāievēro miers un diēta – jāizvairās no treknu, asu, ceptu un žāvētu produktu lietošanas uzturā; nedrīkst lietot alkoholu un narkotiskās vielas, kas ļoti negatīvi ietekmē aknu darbību un pasliktina slimības iznākuma prognozi.

## KĀDA IR A HEPATĪTA PROFILAKSE?

### VAKCINĀCIJA

Visefektīvākais A hepatīta profilakses līdzeklis ir vakcinācija, kas nodrošina aizsardzību pret A hepatītu visa mūža garumā. Saslimšanas novēršanas nolūkā vakcinācija ieteicama personām, kuras bija kontaktā ar A hepatīta slimnieku. To iespējams veikt divu nedēļu laikā pēc kontakta.

Par vakcinācijas iespējām interesējies pie sava ģimenes ārsta.

Latvijā vakcinācija pret A hepatītu nav iekļauta vakcinācijas kalendārā un netiek apmaksāta no valsts budžeta līdzekļiem.



### HIGIĒNA

Visiem, kuri nav pārslimojuši A hepatītu un/vai nav tikuši vakcināti, īpaši jāuzmanās no iespējami piesārņotās pārtikas un nedroša ūdens lietošanas, peldēšanās nezināmās ūdenskrātuvēs, bet it īpaši jāievēro roku higiēna.

#### ROKAS JĀMAZGĀ:

- pēc tualetes apmeklēšanas;
- pēc sabiedrisko vietu apmeklēšanas, t.sk., vienmēr atgriežoties mājās, atnākot uz bērnudārzu, skolu, darba vietu;
- pirms ēšanas un dzeršanas;
- pirms ēdiena gatavošanas un pasniegšanas;
- pirms zāļu lietošanas, dekoratīvās kosmētikas uzlikšanas, rīcības ar kontaktlēcām;
- kad rokas ir acīmredzami netīras;
- ja konkrētā situācijā rodas šaubas par roku tīrību;
- pēc kontakta ar slimnieku;
- pēc kontakta ar slimnieka aprūpes priekšmetiem, rotaļlietām un citiem priekšmetiem, ar kuriem slimniekam ir kontakts.



## JA DARBA VIETĀ REĢISTRĒTS A HEPATĪTA GADĪJUMS:

- jāinformē darbinieki par iespējamiem inficēšanās riskiem;
- darbiniekiem jāatgādina, ka infekcijas slimības simptomu gadījumā (paaugstināta ķermeņa temperatūra, dzelte u.c.) nedrīkst apmeklēt darbu, kā arī nedrīkst atsākt darbu, kamēr nav saņemts ārsta atzinums par izveseļošanos.

## KĀ RĪKOTIES, JA ESI KONTAKTĒJIES AR A HEPATĪTA SLIMNIEKU?

Ja bijis tiešs kontakts ar infekciozo personu vai priekšmetiem un aprikojumu, ar kuru kontaktējies A hepatīta slimnieks (t.sk. vienas tualetes telpas lietošana), ieteicama veselības stāvokļa pašnovērošana 35 dienas (sākot no dienas, kad bijis pēdējais kontakts ar A hepatīta slimnieku), ieskaitot ķermeņa temperatūras mērīšanu vismaz reizi dienā. Ja parādās kāds no A hepatīta simptomiem, jāvēršas pie sava ģimenes ārsta.

## KĀ RĪKOTIES, JA IR AIZDOMAS PAR A HEPATĪTA SASLIMŠANU?

Jāvēršas pie sava ģimenes ārsta.

Ja ārsta padoms nepieciešams ārpus ģimenes ārsta darba laika,  
zvani uz Ģimenes ārstu konsultatīvo tālruni – 66 01 60 01  
(darba dienās no plkst. 17.00 līdz 8.00, bet brīvdienās un svētku dienās – visu diennakti).

Plašāku informāciju par infekcijas slimībām, vakcināciju un profilaksi meklē  
[www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv) vai vaicā sava ģimenes ārstam.