

Welt-Hepatitis-Tag am 28. Juli 2023

Ich warte nicht.
Ich handele!



www.welthepatitstag.info



Warum Welt-Hepatitis-Tag?

Der Welt-Hepatitis-Tag am 28. Juli 2023 steht unter dem Motto „We're not waiting“ bzw. „I'm not waiting“. In Deutschland lautet das Motto daran angelehnt **„Ich warte nicht. Ich handele!“** und ist ein Aufruf an Menschen, selbst aktiv zu werden: mit Hepatitis-Tests, Schutzimpfungen und Therapie von Infektionen. Hepatitisinfektionen bleiben oft Jahre lang unerkannt, weil sie oft zu keinen oder nur unspezifischen Symptomen, wie z. B. Müdigkeit oder Gelenkschmerzen, führen. Unbehandelt kann es zu ernststen Spätfolgen wie Zirrhose und Leberkrebs kommen. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (Stand: Juli 2022) haben 296 Millionen Menschen weltweit eine Hepatitis B und 58 Millionen eine Hepatitis C. Neun von zehn Menschen weltweit ahnen nichts von ihrer Erkrankung. Auch in Deutschland gehen Experten von Hunderttausenden unentdeckten Betroffenen aus.

Durch Vorbeugung, rechtzeitige Diagnosen und Therapien ließen sich viele Spätfolgen und Todesfälle vermeiden. Sowohl die WHO als auch die Bundesregierung haben vor sieben Jahren das Ziel ausgerufen, Hepatitis B und C bis 2030 einzudämmen. Auch gegen die Hepatitis A, D und E sind weltweite Maßnahmen nötig. Die Pandemie hat die Eindämmungsziele weltweit und auch in Deutschland zurückgeworfen. Es ist wichtig, nun auch die Bekämpfung der stillen Hepatitis-Pandemie wieder aufzunehmen. Der Welt-Hepatitis-Tag wird global von der World Hepatitis Alliance ausgerichtet. In Deutschland ist die Deutsche Leberhilfe e.V. Ausrichter des Aktionstages.

Wozu ist die Leber da?

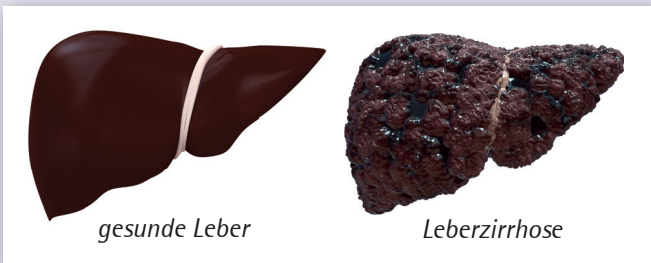
Die Leber ist das größte innere Organ des Körpers. Kein anderes Organ hat so viele Funktionen: Die Leber entgiftet nicht nur das Blut, sondern spielt eine wichtige Rolle im Stoffwechsel und bei der Verdauung. Auch das Immunsystem und die Blutgerinnung werden von der Leber mit kontrolliert. Ein Beispiel: Wenn Sie sich in den Finger schneiden und nicht verbluten, haben Sie das nicht zuletzt Ihrer Leber zu verdanken.

Bei „Leber“ denken viele zuerst an Alkohol, aber Millionen von Bundesbürgern sind aus ganz anderen Gründen leberkrank: durch Übergewicht, Medikamentenschäden, Stoffwechsel- und Autoimmunkrankheiten sowie Infektionen mit Hepatitis-Viren.

Was ist Hepatitis?

Übersetzt bedeutet Hepatitis „**Leberentzündung**“. Ein möglicher Grund dafür ist eine Infektion mit Hepatitis-Viren, mit der auch andere Menschen angesteckt werden können. Es gibt aber auch Hepatitis-Formen, die andere Ursachen haben und *niemals* ansteckend sind (z.B. autoimmune Hepatitis, Alkoholhepatitis oder Fettleberhepatitis).

Bei einer Leberentzündung werden Leberzellen zerstört. Auch in einem gesunden Organ sterben gealterte Leberzellen zwar ab und werden durch neue Zellen ersetzt. Bei einer chronischen Hepatitis kann die Leber aber diesen Zelluntergang auf Dauer oft nicht mehr kompensieren. Es wird vermehrt Bindegewebe eingelagert und die Leber vernarbt. Dauert eine chronische Entzündung viele Jahre, kann eine Zirrhose entstehen (Narbenleber). Eine Zirrhose ist aus mehreren Gründen gefährlich.

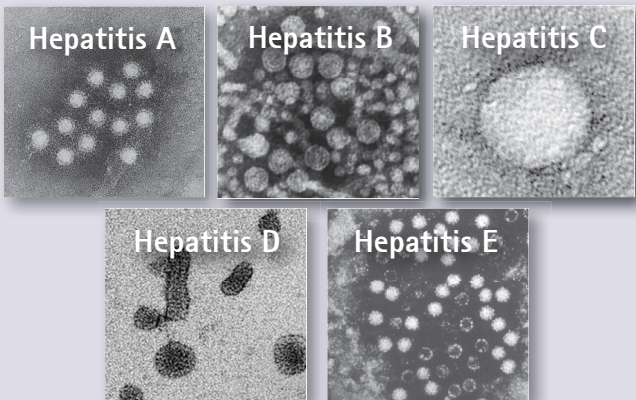


- Lebenswichtige Funktionen, wie Stoffwechsel, Verdauung, das Immunsystem und Entgiftung des Blutes sind zunehmend eingeschränkt. Giftstoffe können ins Gehirn gelangen und zu Funktionsstörungen bis hin zum Koma führen.
- Das Blut fließt nicht mehr gut durch die vernarbte Leber und staut sich zurück. Dies kann zu Komplikationen führen, wie z. B. Wasserbauch oder inneren Blutungen.
- Leberzellen können entarten und ein Leberkrebs entstehen. Bei Zirrhose ist das Krebsrisiko besonders hoch. Speziell bei Hepatitis B kann Leberkrebs auch ohne Zirrhose auftreten.
- Zirrhose und Leberkrebs machen für weitere Erkrankungen anfälliger. So können Infektionen mit Influenza, COVID-19 oder Pneumokokken bei Zirrhose und Leberkrebs häufiger zu schweren oder tödlichen Komplikationen führen. Geeignete Schutzimpfungen sind daher wichtig.

Aber: Wenn man eine chronische Hepatitis-Infektion frühzeitig erkennt und behandelt, lassen sich diese Spätfolgen oft von vornherein verhindern.

Hepatitis-Viren

Infektionen mit Hepatitisviren sind eine häufige Hepatitis-Ursache. Hierzu zählen vor allem die Hepatitis A, B, C, D und E. Diese Viren sind sehr unterschiedlich, werden anders übertragen, anders behandelt und sind nicht miteinander verwandt. Sie haben nur gemeinsam, dass sie zu einer Leberentzündung führen. Grundsätzlich kann eine Hepatitis-Infektion im Akutstadium (also im ersten halben Jahr der Infektion) bei einigen Menschen von selbst ausheilen. Hepatitis A wird niemals chronisch. Hepatitis B, C, D und (selten) E können jedoch chronisch werden. Oft bleiben solche Infektionen Jahre oder Jahrzehnte unbemerkt, weil die Leber kein Schmerzempfinden hat. Trotzdem kann die Leber leise und unbemerkt geschädigt werden.



Hepatitis-Viren sehen nicht nur im Elektronenmikroskop sehr unterschiedlich aus: Sie sind es auch bei Ansteckung, Verlauf und Therapie.

Hepatitis A (HAV)

Das Hepatitis-A-Virus (HAV) wird insbesondere im Mittelmeerraum, aber auch in Deutschland übertragen, z.B. durch Schmierinfektionen über Toiletten, Eiswürfel und Badewasser sowie verunreinigte Nahrungsmittel. Eine sexuelle Übertragung ist insbesondere bei oral-analen Praktiken möglich. Hepatitis A ist nur kurz ansteckend, aber dann hochinfektiös. Da sie nie chronisch wird und immer von selbst ausheilt, gilt sie als die harmloseste Form der Virushepatitis. Bei alten Menschen, Leberkranken und Menschen mit Immunschwäche kann eine Infektion aber zu Komplikationen und sogar Leberversagen führen. Gegen das Hepatitis-A-Virus gibt es eine sichere Impfung.

Hepatitis B (HBV)





























































Hepatitis B ist ansteckend und kann über Körperflüssigkeiten wie Blut, Vaginalsekret oder Sperma übertragen werden. Sexualekontakte, Piercing, Tätowierungen ebenso wie Kontakt mit infiziertem Blut können zur Ansteckung führen. Eine Hepatitis-B-infizierte Mutter kann ihr Kind bei der Geburt anstecken, was sich jedoch durch Vorsichtsmaßnahmen verhindern lässt. Bei Erwachsenen heilt eine Neuinfektion in 95–98 % der Fälle aus, sodass nur 2–5 % der Fälle chronisch verlaufen. Bei Menschen mit schwachem Immunsystem (z. B. Kleinkinder, Senioren, chronisch Kranke) verläuft Hepatitis B öfter chronisch und bleibt dann lebenslang. Medikamente können eine chronische Hepatitis B zwar noch nicht ausheilen, aber die Virusvermehrung unterdrücken, Leberentzündungen abmildern und Komplikationen verhindern. Die chronische Hepatitis B künftig heilbar zu machen, ist ein Ziel der Forschung.

Wer Hepatitis B spontan ausheilt, bleibt meist lebenslang gesund und immun. Es gibt jedoch Ausnahmen, denn die ccc-DNA des Hepatitis-B-Virus verbleibt dauerhaft in den Leberzellen. Bei schwerer Immunschwäche (z. B. durch HIV oder Chemotherapien) kann sogar eine „ausgeheilte“ Hepatitis-B-Infektion Jahrzehnte später wieder aktiv werden und sehr schwer verlaufen. Auch gegen Hepatitis B gibt es eine sichere Impfung.

Hepatitis C (HCV)

Das Hepatitis-C-Virus ist im Alltag kaum ansteckend und wird **nicht** über Essen, Händeschütteln, Umarmen, Küssen oder gemeinsame Toilettenbenutzung übertragen. Zur Infektion kommt es meist durch Blutkontakt, z. B. durch Blutprodukte vor 1990, Verletzungen, gemeinsam benutzte Utensilien beim Drogengebrauch, aber auch Hygienemängel bei Piercing, Tätowierungen oder medizinischen Eingriffen. Das sexuelle Infektionsrisiko ist bei HCV zwar deutlich geringer als bei Hepatitis B, steigt aber bei Verletzungen, Menstruation und „harten“ Praktiken. Hepatitis C heilt in etwa 30 % der Fälle im ersten halben Jahr der Infektion von selbst aus, wird jedoch in 70 % der Fälle chronisch. Es konnte bisher keine Schutzimpfung gegen Hepatitis C entwickelt werden: Es gibt keine natürliche Immunität gegen dieses Virus und auch Antikörper schützen nicht gegen erneute Ansteckung. Die gute Nachricht: **Hepatitis C ist heute fast immer heilbar.** Heilungen der Hepatitis C sind dabei kein neues Phä-

Wie ansteckend sind Hepatitis A bis E?

	Hep A	Hep B/D	Hep C	Hep E
direkter Blut-zu-Blut-Kontakt, d. h., fremdes Blut gerät in eine Wunde				
Blutprodukte vor 1970 (Hep B), vor 1990 (Hep C), vor 2020 (Hep E)				
Benutzung derselben Utensilien durch mehrere Drogengebraucher				
Nadelstichverletzungen im medizinischen Bereich				
ungeschützter vaginaler Verkehr				
„harte Sexualpraktiken“, ungeschützter Analverkehr, Sado-Maso, Fisting				
Hygienemängel bei Tätowierungen oder Piercings				
Hygieneartikel (z. B. Rasierklinge, Zahnbürste)				
Übertragung bei Geburt				
Händeschütteln oder Umarmen				
Küssen und Intimküsse				
gleiche Toilette, Bad und Handtücher benutzen				
aus dem gleichen Glas/der gleichen Flasche trinken				
Speisen und Getränke, Schweinemett (Hep E)				
enger Kontakt zu Hauschweinen oder Wildtieren				



= hohes Risiko



= geringes Risiko



= kein Risiko bekannt



= unbekannt

Hepatitis A wird nie chronisch und ist nur für etwa zwei Wochen ansteckend. In dieser Phase sind Patienten jedoch hoch infektiös.

Gegen Hepatitis A und B gibt es eine Impfung. Die HBV-Impfung schützt auch gegen Hep. D

nomen, denn erste lebenslange HCV-Heilungen gab es schon in den 1990er-Jahren. Damalige Therapien hatten aber viel mehr Nebenwirkungen und erreichten das Heilungsziel zudem seltener als heute. Zwischen 2014 und 2017 gab es hier eine medizinische Revolution: Neue Medikamente sind verträglicher und heilen Hepatitis C schon beim ersten Therapieversuch in über 95 % der Fälle vollständig und dauerhaft aus.

Hepatitis D (HDV, Delta)

Hepatitis D (Delta) kann nur zusammen mit dem Hepatitis-B-Virus auftreten, weil es dessen Hülle zur Vermehrung braucht. Eine Infektion ist über Blut- und Sexualkontakt möglich; Hepatitis D kann gleichzeitig mit Hepatitis B übertragen werden oder später zu einer chronischen Hepatitis B hinzukommen. Die Leber wird hierdurch viel schneller geschädigt als durch Hepatitis B alleine. Hepatitis D ist in Deutschland relativ selten, aber das gefährlichste Hepatitisvirus, welches man heute kennt. Eine Impfung gegen Hepatitis B schützt auch vor Hepatitis D. Seit 2020 ist ein erstes antivirales Medikament gegen Hepatitis D zugelassen; an weiteren Arzneimitteln wird geforscht. Ob Medikamente das Virus eher unterdrücken oder sogar ausheilen können, ist noch offen. Künftige, effektivere Hepatitis-B-Therapien könnten indirekt auch gegen das Deltavirus wirken.

Hepatitis E (HEV)

Hepatitis E ist weit verbreitet: Etwa einer von sechs Bundesbürgern hat bereits eine Infektion durchgemacht. Rohes Fleisch (z. B. Mett) von Schweinen oder Wildtieren ist ein häufiger Übertragungsweg; Kochen oder Braten über 70°C inaktiviert das Virus. Feldfrüchte wie Erdbeeren können HEV ebenfalls übertragen, wenn sie mit Tierfäkalien gedüngt wurden. Blutspenden werden seit Ende 2019 auch auf Hepatitis E getestet. Die Infektion heilt in 99 % der Fälle von selbst aus, kann aber zu neurologischen Komplikationen und bei Leberkranken und Schwangeren zum Leberversagen führen. Bei geschwächtem Immunsystem (z. B. Organtransplantierten) kann Hepatitis E chronisch werden, ist aber in solchen schweren Fällen oft behandel- und heilbar. In Europa gibt es bislang keine Schutzimpfung. In Asien gibt es eine Impfung gegen eine andere Hepatitis-E-Variante (Genotyp 1); es ist unklar, ob dies auch gegen die in Europa verbreiteten Hepatitis-E-Viren schützen würde (Genotyp 3 oder 4).

Könnte ich betroffen sein?

Viele Hepatitis-Infektionen spürt und sieht man nicht. Nur wenige Menschen bekommen eine typische „Gelbsucht“ mit gelber Haut oder gelben Augen. Symptome, wie z. B. Müdigkeit, dunkler Urin oder Druckgefühl im Oberbauch, sind oft so unspezifisch, dass auch andere Ursachen dahinterstecken können.

Erhöhte Leberwerte im Blut (vor allem die **GPT**) können ein erster Hinweis sein, dass mit der Leber etwas nicht stimmt. Diese sollten immer abgeklärt werden. Manche Hepatitis-Betroffene haben aber auch unauffällige Leberwerte. Wer Risikofaktoren hat (z. B. Blutkontakte in der Vergangenheit), sollte gezielt auf Hepatitis-Infektionen untersucht werden.

Hepatitis-Infektionen werden nicht bei Routinetests abgeklärt; man muss gezielt im Blut danach suchen. Wer erhöhte Leberwerte oder Risikofaktoren hat, sollte sich wenigstens einmal auf Hepatitis untersuchen lassen.

Alle Krankenversicherten in Deutschland ab 35 Jahre können sich einmal kostenfrei auf Hepatitis B und C testen lassen. Diese Tests werden als Teil der „Gesundheitsuntersuchung“ (alter Name „Check-up 35“) in hausärztlichen Praxen angeboten. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt können Sie beraten.

Deutsche Leberhilfe e. V.

Der Verein Deutsche Leberhilfe e.V. ist eine bundesweit tätige Patientenorganisation. Wir arbeiten eng mit Fachärzten zusammen und „übersetzen“ medizinische Informationen so, dass sie für Laien verständlich sind. Mit unserer Informations- und Aufklärungsarbeit leisten wir Hilfe zur Selbsthilfe. Lebererkrankungen sind oft gut behandelbar, wenn man sie rechtzeitig entdeckt. Wissen ist Macht!



Telefon: 0221/2829980, **E-Mail:** info@leberhilfe.org

Adresse: Deutsche Leberhilfe e.V., Krieler Str. 100, 50935 Köln

Internet: www.welthepatitistag.info / www.leberhilfe.org

Wir danken unseren Sponsoren für die Förderung des Welt-Hepatitis-Tages 2023:

Hauptsponsoren: Gilead Sciences GmbH Deutschland, AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG.
Sponsoren: Advanz Pharma Germany GmbH, Albireo Pharma, Alexion Pharma Germany GmbH, AstraZeneca GmbH, Boehringer Ingelheim Pharma GmbH & Co. KG, Dr. Falk Pharma GmbH, GlaxoSmithKline GmbH & Co. KG, Ipsen Pharma GmbH, Merz Therapeutics GmbH, MSD Sharp & Dohme GmbH, Novo Nordisk Pharma GmbH, Pfizer Pharma GmbH, Roche Pharma AG.