

## Übersicht im Viren-Dschungel: das Hepatitis-ABC

**Köln, 21.07.2023.** Am 28. Juli 2023 findet der Welt-Hepatitis-Tag statt. International wird dieser von der World Hepatitis Alliance ausgerichtet und steht dieses Jahr unter dem Motto „We’re not waiting“ bzw. „I’m not waiting“. In Deutschland lautet das Motto daran angelehnt „Ich warte nicht. Ich handele!“ Was verbirgt sich eigentlich hinter dem Begriff „Hepatitis“? Unser Artikel klärt auf.

### Was ist Hepatitis?

Hepatitis bedeutet übersetzt "Leberentzündung", für die es viele verschiedene Ursachen gibt. Die häufigsten sind die Hepatitisviren A, B, C, D und E. Um diese fünf Viren geht es in diesem Artikel. Es gibt aber auch nicht-virale Ursachen wie Medikamente, Giftstoffe, Alkohol, Übergewicht (Fettleberentzündung) oder eine Fehlsteuerung des Immunsystems (autoimmune Hepatitis). Im Gegensatz zu den viralen Hepatitisarten sind diese Erkrankungen nicht ansteckend.

### Wie gefährdet Hepatitis Ihre Gesundheit?

Die Leber hat viele wichtige Funktionen im Körper: Sie entgiftet das Blut, spielt eine wichtige Rolle im Stoffwechsel, bei der Verdauung, der Immunabwehr und der Blutgerinnung. Bei einer langjährigen Leberentzündung (Hepatitis) werden Leberzellen geschädigt. Durch die chronische Entzündung können Narben im Lebergewebe entstehen. Dies wird als Leberfibrose bezeichnet. Wenn die Leber vollständig vernarbt ist (Leberzirrhose), kann sie ihre lebenswichtigen Aufgaben immer schlechter wahrnehmen. Zudem besteht ein erhöhtes Risiko für Leberzellkrebs. Eine rechtzeitige Diagnose und Behandlung von Hepatitis-Erkrankungen können jedoch oft solche schweren Folgen verhindern. Tückisch an Lebererkrankungen ist, dass diese oft lange nicht gespürt werden oder nur zu unspezifischen Symptomen wie Müdigkeit führen. Deswegen ist es wichtig, Risikofaktoren zu erkennen. Auf [www.lebertest.de](http://www.lebertest.de) können Sie einen Online-Test machen, ob es für Ihre Leber möglicherweise ein Risiko gibt.

### Das Hepatitis-A-Virus (HAV)

Das Hepatitis-A-Virus ist vor allem in Mittelmeerländern verbreitet, aber es wurden auch Ausbrüche in Deutschland berichtet. Die Ansteckung erfolgt meist durch Schmierinfektionen über Toiletten, Eiswürfel und Badewasser sowie durch verunreinigte Nahrungsmittel. Besonders bei oral-analen Praktiken kann es zu einer sexuellen Übertragung kommen. Obwohl Hepatitis A hochinfektiös ist, besteht die Ansteckungsgefahr nur vorübergehend. Da das Hepatitis-A-Virus niemals chronisch wird und immer von selbst ausheilt, gilt es als die harmloseste Form der Virushepatitis. Allerdings kann Hepatitis A bei älteren Menschen, Leberkranken und Personen mit Immunschwäche zu Komplikationen und sogar Leberversagen führen. Gegen das Hepatitis-A-Virus steht eine sichere Impfung zur Verfügung. Diese ist ein Totimpfstoff, nicht ansteckend und wird in der Regel gut vertragen.

### Das Hepatitis-B-Virus (HBV)

Das Hepatitis-B-Virus wird durch Körperflüssigkeiten wie Blut, Vaginalsekret oder Sperma übertragen. Mögliche Infektionsquellen sind z.B. sexuelle Kontakte oder hygienische Mängel beim Piercen, Tätowieren oder medizinischen Eingriffen. Eine Mutter, die mit Hepatitis B infiziert ist, kann das Virus bei der Geburt auf ihr Kind übertragen; durch Vorsichtsmaßnahmen lässt sich dies meist verhindern. Eine Neuinfektion heilt bei gesunden Erwachsenen in der Regel von selbst aus, sodass nur 2-5% der Fälle chronisch verlaufen. Bei Menschen mit einem schwachen Immunsystem, wie

Neugeborenen, Kleinkindern, Senioren oder chronisch Kranken, verläuft Hepatitis B dagegen häufiger chronisch.

In den meisten Fällen bleiben Menschen, bei denen Hepatitis B spontan ausheilt, lebenslang immun gegen eine erneute Ansteckung. Allerdings gibt es Ausnahmen: Die ccc-DNA des Hepatitis-B-Virus verbleibt lebenslang in den Leberzellen. Bei Personen mit schwerer Immunschwäche, wie bei AIDS, Chemotherapien oder nach Transplantationen, kann eine "ausgeheilte" Hepatitis-B-Infektion sogar Jahrzehnte später wieder aktiv werden und schwerwiegend verlaufen.

Eine chronische Hepatitis-B-Infektion bleibt meist lebenslang bestehen. Medikamente können chronische Hepatitis B noch nicht vollständig heilen, aber schwere Verläufe abmildern und das Risiko von Leberschäden minimieren. Die Forschung arbeitet an verbesserten Hepatitis-B-Therapien.

Gegen Hepatitis B gibt es eine sichere Impfung. Ähnlich wie die Hepatitis-A-Impfung ist diese ein Totimpfstoff, also nicht ansteckend und wird in der Regel gut vertragen.

## Das Hepatitis-C-Virus (HCV)

Hepatitis C wird durch Blutkontakt übertragen. Blutprodukte waren vor 1991 eine häufige Quelle für Infektionen, werden aber seitdem getestet und sind heute sicher. Das gemeinsame Benutzen von Utensilien beim Drogenkonsum stellt nach wie vor ein hohes Risiko dar. Eine Infektion ist auch durch hygienische Mängel beim Piercen, Tätowieren oder medizinischen Eingriffen möglich. Im Vergleich zu Hepatitis B wird Hepatitis C seltener sexuell übertragen, aber das Risiko steigt bei Verletzungen, Menstruation und "harten" Praktiken. Alltägliche Kontakte mit Händeschütteln, Umarmen, Küssen oder die gemeinsame Nutzung einer Toilette oder Nahrungsmittel übertragen Hepatitis C nicht.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) schätzt, dass etwa 30% der Hepatitis-C-Infektionen im ersten halben Jahr von selbst ausheilen, aber in 70% der Fälle chronisch werden. Bisher konnte keine Schutzimpfung gegen dieses Virus entwickelt werden. Allerdings ist Hepatitis C heute dank verbesserter Medikamente fast immer heilbar.

## Das Hepatitis-D-Virus

Das Hepatitis-D-Virus kann nur in Verbindung mit dem Hepatitis-B-Virus existieren, da es dessen Hülle für seine Vermehrung benötigt. Daher tritt das Hepatitis-D-Virus niemals alleine auf, allerdings ist es das gefährlichste bekannte Hepatitisvirus. Bei einer Koinfektion mit Hepatitis B und D wird die Leber oft schneller geschädigt als bei einer alleinigen Hepatitis-B-Infektion. Die Übertragung kann über Blut- und Sexualkontakt erfolgen, wobei das Delta-Virus entweder gleichzeitig mit Hepatitis B übertragen wird oder sich später zu einer bestehenden chronischen Hepatitis B zugesellt.

Seit 2020 ist erstmals ein antivirales Medikament gegen Hepatitis D zugelassen. Es ist noch unklar, ob dieses Medikament die Virusinfektion nur unterdrückt oder nach längerer Behandlung auch eine Ausheilung ermöglicht. Forscher untersuchen derzeit auch weitere neuartige Substanzen in Studien.

Gehofft wird auch, dass verbesserte zukünftige Therapien gegen Hepatitis B auch dem Hepatitis-D-Virus seine Lebensgrundlage entziehen können. Die Impfung gegen Hepatitis B verhindert auch eine Infektion mit Hepatitis D.

## Das Hepatitis-E-Virus

Hepatitis E ist in Deutschland weit verbreitet und wird häufig durch den Verzehr von rohem Fleisch, wie Schweinefleisch oder Tartar, übertragen. Manchmal sieht man auch Übertragungen durch

Erdbeeren oder andere Feldfrüchte, wenn diese mit Tierfäkalien gedüngt wurden. Personen, die engen Kontakt zu Tieren haben, wie Jäger und Schweinezüchter, sind ebenfalls gefährdet. Früher gab es auch Ansteckungen durch Blutprodukte, aber inzwischen werden Blutspenden auch auf Hepatitis E getestet, um das Risiko zu minimieren. In über 99% der Fälle heilt Hepatitis E von selbst aus und wird mitunter nicht einmal gespürt. Es können jedoch typische Hepatitis-Symptome auftreten, wie Gelbfärbung der Haut und Augen. Selten sind auch neurologische Komplikationen möglich, wie Schmerzen, Taubheitsgefühle oder sogar Lähmungserscheinungen. Chronisch Leberkranke sind besonders gefährdet, da eine zusätzliche Hepatitis-E-Infektion ihre Erkrankung verschlechtern und zu Leberversagen führen kann.

Bestimmte Hepatitis-E-Virusformen, insbesondere Genotyp 1 und 2, die häufiger in Asien und Afrika vorkommen, können auch bei Schwangeren zum Leberversagen führen. In Europa verbreitete Genotypen wie Genotyp 3 sind für Schwangere seltener gefährlich, können jedoch bei Menschen mit schwachem Immunsystem, wie Organtransplantierten, zu chronischen Infektionen führen. Obwohl chronische Hepatitis E selten ist, kann sie unbehandelt in wenigen Jahren zu einer Leberzirrhose führen. In Notfällen kann Hepatitis E mit einem antiviralen Medikament behandelt werden, obwohl dieses dafür nicht zugelassen ist und nur selten benötigt wird. In Europa und den USA gibt es bisher keinen zugelassenen Impfstoff gegen Hepatitis E. Ein chinesischer Impfstoff wurde gegen einen anderen Untertyp des Hepatitis-E-Virus (Genotyp 1) entwickelt. Es ist unklar, ob dieser Impfstoff auch vor den hierzulande verbreiteten Hepatitis-E-Viren schützen würde.

## Fazit

Es ist wichtig, über die verschiedenen Hepatitis-Viren und ihre Übertragungswege Bescheid zu wissen, um sich vor einer Infektion zu schützen. Bei erhöhten Leberwerten sollte auch an eine Hepatitis-Infektion gedacht werden. Krankenversicherte in Deutschland ab 35 Jahren können sich zudem einmalig auf Hepatitis B und C testen lassen. Möglich ist dies in Hausarztpraxen im Rahmen der sogenannten „Gesundheitsuntersuchung“, die früher als Check-up 35 bezeichnet wurde. Bei chronischen Hepatitis-Infektionen sind eine rechtzeitige Diagnose und Behandlung entscheidend, um schwerwiegende Folgen zu verhindern: Denn Hepatitis-Infektionen sind heute oft sehr gut behandelbar. Deswegen steht der diesjährige Welt-Hepatitis-Tag in Deutschland unter dem Motto „Ich warte nicht. Ich handle!“

## Was ist der Welt-Hepatitis-Tag?

Laut Weltgesundheitsorganisation WHO (Stand: Juni 2022) leiden weltweit etwa 354 Millionen Menschen an einer chronischen Hepatitis B oder C – die meisten, ohne von ihrer Infektion zu ahnen. Davon haben 296 Millionen eine Hepatitis B und etwa 58 Millionen eine Hepatitis C. Knapp 15 Millionen Menschen leiden an einer Koinfektion von Hepatitis B und D. Unbehandelt können chronische Hepatitis-Infektionen zu schweren Leberschäden wie Zirrhose und Leberkrebs führen und erhöhen möglicherweise auch das Risiko anderer Erkrankungen. Eine rechtzeitige Diagnose und Behandlung kann dieses Risiko senken und zudem verhindern, dass andere angesteckt werden. Krankenversicherte ab 35 Jahren können sich in Deutschland einmalig kostenfrei auf Hepatitis B und C untersuchen lassen. Der Test wird sonst auch bei Risikofaktoren empfohlen und meist erstattet, wie z.B. bei erhöhten Leberwerten. Seit drei Jahren läuft daher die Kampagne der World Hepatitis Alliance "Hepatitis kann nicht warten!" (Hep can't wait!). Das Motto des diesjährigen Welt-Hepatitis-Tages greift dies auf und lautet **“We’re not waiting”** bzw. **„I’m not waiting“**. Im Deutschen lautet das Motto daran angelehnt: **“Ich warte nicht. Ich handle!”** bzw. **„Wir warten nicht. Wir handeln!“** Dies ist ein Aufruf an Menschen, auch Eigeninitiative zu zeigen, indem sie sich impfen, testen und - falls sie bereits eine chronische Hepatitis haben - entsprechend behandeln lassen.

## Wer ist die Deutsche Leberhilfe e.V.?

Die Deutsche Leberhilfe e.V. wurde 1987 von engagierten Patienten gegründet. Der gemeinnützige Verein ist bundesweit tätig und hat sich als Informationsschnittstelle zwischen Ärzten und Leberpatienten etabliert. Die Leberhilfe verfolgt als Hauptziel, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten, indem sie Patienten und ihre Angehörigen berät und Informationsschriften in verständlicher Sprache herausgibt. Ein weiteres Ziel des Vereins ist, die Bevölkerung über mögliche Ursachen, Verlauf, Therapie und Verhütung von Leberkrankheiten zu informieren. Langfristig soll dies dazu beitragen, Vorurteile zu entkräften und den schlechten Ruf der Lebererkrankungen als „selbstverschuldete“ Krankheiten zu verbessern. In diesem Rahmen ist die Leberhilfe in Deutschland Ausrichter des Welt-Hepatitis-Tages. Der Verein wird von einem ehrenamtlichen Vorstand geleitet und hat in Köln seine Geschäftsstelle, die mit erfahrenen Mitarbeitern besetzt ist. Bei medizinischen Fragen wird die Leberhilfe von einem wissenschaftlichen Beirat unterstützt. Dieser besteht aus namhaften Fachärzten und Wissenschaftlern, die die Richtigkeit, Aktualität und Seriosität der medizinischen Informationen gewährleisten.

## Informationen zum Welt-Hepatitis-Tag:

Deutsche Webseite: [www.weltheepatitistag.info](http://www.weltheepatitistag.info)  
Flyer zu Hepatitis A bis E: [www.weltheepatitistag.info/download.html](http://www.weltheepatitistag.info/download.html)  
Internationale Webseite: [www.worldhepatitisday.org/](http://www.worldhepatitisday.org/)  
WHO-Infos zur Hepatitis B: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hepatitis-b>

## Kontakt:

Deutsche Leberhilfe e.V.  
Krieler Str. 100 – 50935 Köln  
[www.leberhilfe.org](http://www.leberhilfe.org)  
Patientenberatung: [info@leberhilfe.org](mailto:info@leberhilfe.org), Tel.: 0221/2829980  
Redaktion (V.i.S.d.P. Ingo van Thiel): [lebenszeichen@leberhilfe.org](mailto:lebenszeichen@leberhilfe.org), Tel. 0221/2829991