

Wie können Sie mithelfen?

- » Verzichten Sie auf Alkohol!
- » Rauchen Sie nicht!
- » Bewegen Sie sich viel an der frischen Luft.
- » Nehmen Sie keine zusätzlichen Medikamente ein, wenn Sie dies nicht vorab mit Ihrer behandelnden Ärztin/Ihrem behandelnden Arzt besprochen haben! Sie belasten die Leber zusätzlich.
- » Essen Sie fünf kleine Mahlzeiten pro Tag.
- » Machen Sie keine extremen Diäten und führen Sie keine radikale Umstellung der Ernährung durch!
- » Verzichten Sie auf Konservenmahlzeiten und Fertiggerichte, da Sie durch die Art der Herstellung und Haltbarmachung, durch Geschmacksverstärker und Stabilisatoren der Leber eine gewaltige Zusatzbelastung zumuten.
- » Nehmen Sie Rohkostspeisen nur in kleinen Mengen und nie nach 18:00 Uhr abends zu sich, da Rohkost über Nacht im Magen und Darm zu gären beginnt. Bei der Gärung entsteht unter anderem Alkohol, und dieser schädigt wiederum die Leber.
- » Fast alle Gewürzkräuter sind gut für Sie. Zurückhaltender sollten Sie bei Chili, Zwiebeln, Pfeffer, Lorbeer, Nelken und Muskat sein.
- » Benützen Sie kalt gepresste Öle und Butter.
- » Vermeiden Sie mehrfach gehärtete Fette.
- » Verwenden Sie keine Rohmilch! Gut bewährt haben sich fettarme Milch und Milchprodukte.
- » Nehmen Sie Vitamin- und Mineralstoffpräparate bei Bedarf und nach ärztlicher Abklärung.
- » Mariendistelpräparate wirken vergiftungsbekämpfend und leberzellschützend.

Eine abwechslungsreiche Mischkost ist genau das Richtige für Leberkranke

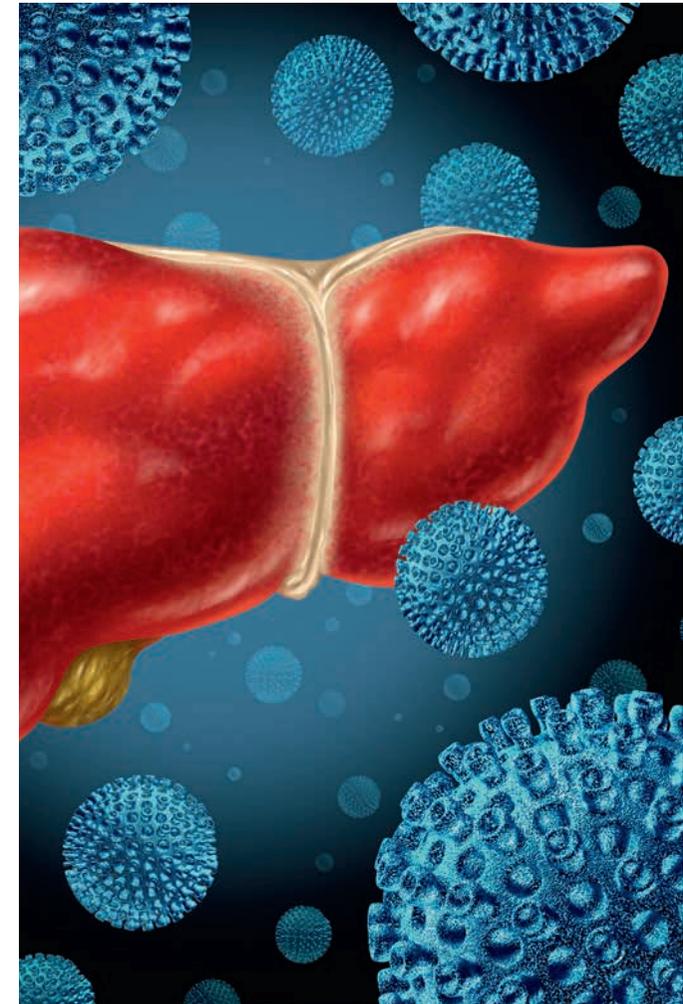
INFORMATION FÜR PATIENTINNEN UND ANGEHÖRIGE

Therapie der Hepatitis B

Da die richtige Therapie von der Symptomatik, dem Allgemeinzustand und dem Krankheitsverlauf (akut oder chronisch) abhängt, sprechen Sie mit der Ärztin/dem Arzt Ihres Vertrauens, die/der für Sie die richtige Therapie zusammenstellen wird!

INFORMATION FÜR PATIENTINNEN UND ANGEHÖRIGE

Hepatitis B

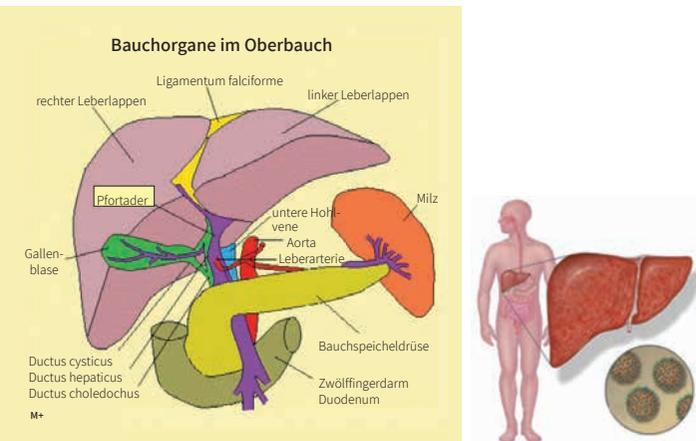


Liebe Patientin, lieber Patient!

Bei Ihnen wurde Hepatitis B festgestellt – eine Infektion, die neben Hepatitis A und C eine der häufigsten Infektionskrankheiten überhaupt darstellt. Hepatitis bedeutet eigentlich „Leberentzündung“, die in der vorliegenden Form durch das Hepatitis-B-Virus (HBV) verursacht wird.

Die akute Hepatitis B heilt bei Erwachsenen meist vollständig aus, kann allerdings auch in ein chronisches Stadium übergehen. Manche Personen bleiben auf Dauer TrägerInnen des Hepatitis-B-Virus.

Hepatitis B hat verschiedene Krankheitsverläufe und stellt unterschiedliche Infektionsgefahren für Ihre Mitmenschen dar. Ihre Ärztin/Ihr Arzt kann Sie aufgrund von Blutuntersuchungen informieren!



Dieses Virus finden wir im Blut und in anderen Körperflüssigkeiten (Speichel, Samenflüssigkeit, Scheidenflüssigkeit). Dementsprechend kann es leicht zu einer Übertragung und Ansteckung kommen!

Was sollten Sie beachten?

- » Informieren Sie alle Kontaktpersonen
- » (Ärztin/Arzt, Krankenpflegepersonal, Familienangehörige, PartnerInnen, TherapeutInnen ...).
- » Beim Auftreten von blutigen Verletzungen muss eine sorgfältige Wundversorgung erfolgen (Reinigung der Haut, Abdecken der Wunde mit Verband bzw. Pflaster).
- » Anschließend sollte nach dem Händewaschen auch eine Händedesinfektion mit einem alkoholischen Desinfektionsmittel durchgeführt werden.
- » Sämtliche Flächen und Gegenstände, die mit Blut in Berührung gekommen sind, müssen sorgfältig desinfiziert und gereinigt werden. Wenden Sie sich bei Fragen an Fachpersonal aus dem Gesundheitswesen.
- » Hepatitis-B-PatientInnen dürfen kein Blut oder Organe spenden.
- » Vom gemeinsamen Gebrauch von Nassrasierern, Rasierklingen, Nagelscheren, Zahnbürsten, Rasierapparaten, Nagelfeilen u. Ä. ist aufgrund der hohen Infektionsgefahr abzuraten.
- » Hepatitis B kann durch benutzte Spritzen von einem Menschen auf den anderen übertragen werden.
- » Bei Gefahr der Tröpfchenbildung (Zahnbehandlungen) werden von der Ärztin/vom Arzt Mundschutz und Schutzbrille getragen.
- » Verunreinigtes Material (Verband, Pflaster, Material der Monatsblutung) ist in Papier einzuhüllen und im Hausmüll zu entsorgen.
- » Die Impfung von besonders gefährdeten Personen (ÄrztInnen, Krankenpflegepersonal, TherapeutInnen, Familienangehörige, DialysepatientInnen, PolizistInnen, SozialarbeiterInnen, ErsthelferInnen) ist anzuraten.
- » Ihre/n SexualpartnerIn sollten Sie unbedingt über Ihre Situation unterrichten! Kondome sind bis zum Erreichen des Impfschutzes notwendig.
- » Bei Tätowierungen, Piercing oder Ohrlochstechen kann es bei mangelnder Hygiene zur Übertragung kommen.

Die Diagnose Hepatitis B?

Wie macht sich die Erkrankung bemerkbar?

- » HBV-Infektionen können sehr unterschiedlich verlaufen.
- » Frühe Symptome, wie Übelkeit, Bauchschmerzen, Appetitlosigkeit, Stimmungsschwankungen und Fieber, sind eher uncharakteristisch und vieldeutig.
- » Bei 10–15 % der PatientInnen treten Gelenksbeschwerden auf.
- » Beim Fortschreiten der Erkrankung können z. B. Hautveränderungen, Rötung der Handflächen, Blutungen, Schwellungen der Knöchelregion, Blutdruckabfall, Herzbeschwerden und andere Symptome auftreten.
- » Jede/r dritte bis vierte PatientIn bekommt Gelbsucht (gelbliche Verfärbung des Augapfels, der Haut und Schleimhaut).
- » Eine Hepatitis B kann auch bestehen, wenn keine Gelbsucht auftritt!
- » Da die Symptome einer Hepatitis sehr uncharakteristisch sind, sollte bei längerer Dauer der oben genannten Beschwerden und vor allem beim Auftreten von Blutungen und Fieber eine Ärztin/ein Arzt aufgesucht werden.
- » Die ärztliche Beratung ist deshalb so wichtig, weil die Hepatitis B bei etwa 5–10 % der PatientInnen in einen chronischen Verlauf übergehen kann. Dabei werden die Leberzellen fortschreitend zerstört, es kommt zum Umbau der Zellen in funktionsloses Bindegewebe, zu einer Leberzirrhose!
- » **Mögliche Komplikationen der Leberzirrhose:** Bauchwasser, Speiseröhrenvenenblutungen, Enzephalopathie, Lebertumore

Wenn Sie diese Regeln beachten, schützen Sie Ihre Mitmenschen vor unnötigen Ansteckungen! Dabei tragen Sie eine große Verantwortung!