

**ELPA project support for members'
activities at the national level
6.2.2023 – 1.12.2023**

Final Report

HEP HELP KLUB SLOVAKIA

Andrea Jašková

Dr Helena Glasová, MD PhD

Prof Jozef Glasa, MD PhD PhD



ELPA – Hep Help Klub Slovakia: Project Overview

- **Main objectives of the Project**

1. Creation of the new website (old website has been hacked and needs to be created anew).
2. Development and production of new information & promotional materials for HepHelpKlub (achieving more visibility, enhancing the boost of membership, communication with stakeholders)
3. Restart the HepHelpKlub educational brochures series

- **Short description of the Project**

1. Creation of the new, safe HepHelpKlub website
2. Creation of the mirror website in English
3. Creation of the new information and promotional materials – as printed and as online versions (Application and Registration Forms, HepHelpKlub Information Leaflet)
4. Creation of the new patients' educational materials (brochures) – brochure on the Liver Transient Elastography procedure, brochure on MASH (→ restart of HepHelpKlub brochures series)

- **Target Population / Groups of the Project activities, estimated reach on the national level**

Website and educational materials: general population of all ages (looking for information on liver and liver diseases), patients with liver diseases and their family members, health care providers – general practitioners, hepatologists, other health professionals (to be used for patient information and education).

1. Creation of the new **hephelpklub.sk** website (1)

- the old website was hacked/destroyed, so there was an urgent need to create a new and safe one at <https://hephelpklub.sk/>



The screenshot shows the homepage of the HepHelpKlub website. The header is dark red with the logo 'HepHelpKlub' on the left and a navigation menu on the right with items: DOMOV, O NÁS, ČLENSTVO, AKCIE, EDUKAČNÉ MATERIÁLY, PARTNERI. The main content area is white and features the HepHelpKlub logo on the left, which consists of the text 'HEPHELP' in grey and 'KLUB' in red, with three overlapping circles (two grey, one red) above the 'KLUB' text. To the right of the logo is a heading 'Vitajte na našej webstránke!' followed by a paragraph of text. Below this is a dark red section titled 'Aktuality' containing two bullet points.

HepHelpKlub DOMOV O NÁS ČLENSTVO AKCIE EDUKAČNÉ MATERIÁLY PARTNERI

HEPHELP KLUB

Vitajte na našej webstránke!

Ako organizácia pacientov s chorobami pečene a ich blízkych chceme v spolupráci s medicínskymi odborníkmi sprostredkovať overené informácie, vzájomný kontakt a podporu pacientov. Organizujeme edukačné stretnutia a ďalšie aktivity. Spolupracujeme s partnerskými organizáciami na Slovensku a v zahraničí. Nech sa páči sa porozhliadnuť a podľa záujmu a možností sa zapojiť.

Aktuality

- **Zástupkyňa HepHelpKlub-u** MUDr. Helena Glasová, PhD., členka jeho predsedníctva, ako vedecký poradca Európskej asociácie pacientov s chorobami pečene (ELPA), sa zúčastňuje kongresu **Európskej asociácie pre štúdium pečene (EASL) - EASL CONGRESS 2024**. Koná sa v Miláne v dňoch 5.-8. júna 2024. Viac informácií - [tu](#). Špeciálnym programom počas kongresu je aj valné zhromaždenie ELPA s plánovanou prezentáciou a prijatím za riadneho člena ELPA partnerskej organizácie HepHelpKlubu - *Slovenskej koalície ľudí s obezitou a nadváhou (SKLON)*, ktorú MUDr. Glasová sprostredkovala a aktívne podporila. Slovensko takto bude mať v ELPA-e aktívne prítomné až 3 pacientske organizácie (vrátane asociácie *Šanca pre pečeň*).
- Odborný podcast: V rámci spolupráce *HepHelpKlub* a *Slovenskej koalície ľudí s obezitou a nadváhou (SKLON)* sa pri príležitosti Svetového dňa obezity v Európe 2024 realizovala príprava odborného podcastu na tému "Obezita a neprenosné ochorenia - zamerané na ochorenia pečene" s hosťom prof. MUDr. Jozefom Glasom, CSc., PhD., členom a odborným poradcom HepHelpKlub-u. Podcast si možno vypočuť - [tu](#).

1. Creation of the new **hephelpklub.sk** website (2)

- creation of the mirror English website at <https://hephelpklub.sk/en/home>



The screenshot shows the homepage of the HepHelpKlub website. At the top, there is a red navigation bar with the logo 'HepHelpKlub' on the left and a menu with links: HOME, ABOUT US, MEMBERSHIP, ACTIVITIES, EDUCATIONAL MATERIALS, and PARTNERS. Below the navigation bar, there is a language selector with two buttons: 'Slovenčina' (with a Slovak flag icon) and 'English' (with a UK flag icon). The main content area features the HepHelpKlub logo, which consists of three overlapping circles (two grey, one red) above the text 'HEPHELP KLUB'. To the right of the logo is a 'Welcome at our webpage!' section with a paragraph of text. Below this, there is a blue banner with the heading 'POZVANIE PRE PACIENTOV A ICH RODINNÝCH PRÍSLUŠNÍKOV' and a sub-heading 'VÝSKUM O STIGME OCHORENIA PEČENE'. A list of bullet points follows, starting with 'Pozývame Vás k účasti na medzinárodnom výskume...'. The bottom right corner of the banner features a decorative image of a tunnel with orange and yellow walls.

HepHelpKlub HOME ABOUT US MEMBERSHIP ACTIVITIES EDUCATIONAL MATERIALS PARTNERS

Slovenčina English

HEPHELP KLUB

Welcome at our webpage!

We are an organization of patients with liver diseases, their relatives and other concerned persons. In collaboration with medical specialists we aim at improving their access to reliable professional information, and enable mutual contacts, support, and possibilities of various beneficial activities. We organize patients' educational events and other works. We work in collaboration with partner patients' organizations in Slovakia and abroad. Please, feel free to have a look - and join! Your HepHlpKlub

POZVANIE PRE PACIENTOV A ICH RODINNÝCH PRÍSLUŠNÍKOV

VÝSKUM O STIGME OCHORENIA PEČENE

- **Pozývame Vás k účasti na medzinárodnom výskume**, ktorý sa venuje **stigmatizácii**, ktorú pre pacientov a ich rodinných príslušníkov aj dnes (!) **predstavuje ochorenie pečene**.

1. Creation of the new **hephelpklub.sk** website (3)

- creation of the **new e-mail box** and **contact e-mail address** in accordance with the GDPR rules

<https://hephelpklub.sk/>



2. New **HepHelpKlub** information & promotion & communication materials for membership boost and communication with stakeholders

- ✓ new HepHelpKlub website
- ✓ new e-mail address
- ✓ new Membership Application Form (print)
- ✓ new e-Membership Application Form (online)
- ✓ new office address: Limbová str. 14, 833 03 Bratislava, Slovakia
+ necessary changes in the Statutes, moving and securing the archive from an old address
- ✓ new stamp
- ✓ **new promotional HepHelpKlub flyer**

New information & promotion Hep Help Klub flyer

O nás

- Patríme medzi najstaršie organizácie pacientov s chorobami pečene na Slovensku.
- Vznikli sme v roku 2006 na základe spontánne pociťovanej potreby vzájomnej podpory, pomoci a edukácie pacientov a ich blízkych v priebehu kedykoľvek veľmi pre pacienta náročnej liečby chronických vírusových hepatítid B alebo C.
- V súčasnosti, po príchode veľmi účinnej a dobre znášanej liečby vírusových hepatítid B a C, vidíme narastajúcu potrebu venovať sa pacientom s inými závažnými chorobami pečene a žlčových ciest, akými sú napríklad:
 - ✓ tuková choroba pečene (NAFLD)
 - ✓ metabolicky- asociovaný / nealkoholový tukový zápal pečene (MASH/NASH),
 - ✓ autoimunitná hepatitída

- ✓ primárna biliárna cholangioitída
- ✓ primárna sklerotizujúca cholangioitída
- ✓ fibróza a cirhóza pečene
- ✓ liekové poškodenie pečene
- ✓ cholestáza gravidných
- ✓ poškodenie pečene fytofarmakami, drogami, výživovými doplnkami
- ✓ a iné.
- Od svojho vzniku poskytujeme našim členom a ich blízkym osobné patientske konzultácie, vzájomnú komunikáciu a podporu, užitočné informácie o diagnostike a liečbe, ako aj kontakt so spolupracujúcimi lekármi – špecialistami.
- Zúčastňujeme sa na národných a medzinárodných projektoch zameraných na pomoc pacientom s ochoreniami pečene a ich následkami, osвете, znižovaniu spoločenskej stigmy a zlepšeniu podmienok starostlivosti a ich rodiny.

Celoštátne aktivity a spolupráca

- Asociácia na ochranu práv pacientov v Slovenskej republike (AOPP; riadny člen)
- Šanca pre pečeň
- Slovenská koalícia ľudí s obezitou a nadváhou (SKLON)
- Slovenská hepatologická spoločnosť, o. z. SLS (SHS)
- Slovenská spoločnosť klinickej farmakológie, o. z. SLS (SSKF)

Medzinárodné aktivity a spolupráca

- Európska asociácia pacientov s chorobami pečene (European Liver Patients Association; ELPA)
- Svetová aliancia hepatitídy (World hepatitis alliance; WHA)
- Svetová zdravotnícka organizácia (World Health Organisation; WHO)
- Európska akadémia pacientov o terapeutických inováciách (European Patients' Academy on Therapeutic Innovation; EUPATI)

Staňte sa členom nášho klubu!

Získajte výhody členstva z našej ponuky a zapojte sa do zaujímavých aktivít a solidárnej pomoci druhým!

Pozvite za členov klubu svojich spolupacientov, rodinných príslušníkov, priateľov, známych, aj angažovaných odborníkov!

Podporte, prosíme, naše aktivity! Zapojte sa! Potrebujeme Vás.

Podporte naše aktivity finančne, napríklad 2% z dane, dobrovoľným príspevkom na našu činnosť, uhradením členského.

V prípade otázok a záujmu nás neváhajte kontaktovať.

Radi Vás privítame medzi nami.

Občianske združenie HEP HELP KLUB založené v zmysle Zákona č. 83/1990 Zb. o združovaní občanov v znení neskorších predpisov na území Slovenskej republiky. Registrácia na Ministerstve vnútra Slovenskej republiky dňa 22.06.2006, č. spisu: VSU-900/90-28385 IČO: 42006503

Prihlášky

Získate na našej webovej stránke (prihlásenie online) alebo na spolupracujúcich ambulanciách (prihlásenie poštou).

Kontakt

HEP HELP KLUB, o. z.
Limbová 14
833 03 Bratislava

E-mail: info@hephelpklub.sk

Poštu vybavujeme podľa možnosti raz za 7 – 14 dní

Webová stránka
www.hephelpklub.sk

Číslo bankového účtu IBAN
SK72 1100 0000 0026 2107 0158

Informácia

Pozvánka za člena



Organizácia pacientov s chorobami pečene a ich blízkych

V spolupráci s medicínskymi odborníkmi sprostredkujeme overené informácie, vzájomný kontakt a podporu pacientov.

Organizujeme edukačné stretnutia a ďalšie aktivity.

Spolupracujeme s partnerskými organizáciami na Slovensku a v zahraničí.

3. first educational brochures of the renewed **HepHelpKlub** series (1)

- printable PDF versions of the **original Hep Help Klub Patient Education & Information Brochures Series** (edition **2011**) uploaded into the Archive on the new website (with comments on usability and update)
 - ✓ Patient information brochure
Viral hepatitis B and pregnancy – Answering the most frequent questions
 - ✓ Patient information brochure
Viral hepatitis C and pregnancy – Answering the most frequent questions
 - ✓ Patient information brochure
Non-alcoholic Steatohepatitis (NASH) and Transient elastography of the liver
- printable PDF versions of the **new Hep Help Klub Patient Education & Information Brochures Series** (edition **2023-**) uploaded on the website

Patient information brochure

Viral hepatitis B and pregnancy – Answering the most frequent questions

Čo je to hepatitída?

Hepatitída (ľudovo žltacka) je zápalové ochorenie pečene. Môže prebiehať akútne alebo chronicky. Vzniká z rôznych príčin, najčastejšie v dôsledku vírusovej infekcie (vírusové hepatitídy A, B, C, D a E), pôsobením rôznych toxínov (alkohol, lieky, chemikálie), metabolických alebo autoimunitných procesov. **Vírusové hepatitídy B, C, D sú zákeré tým, že nebolia, a infikovaný človek o nich nevie. Preto pri podozrení na infekčnú hepatitídu, zvlášť u rizikových osôb, je nevyhnutné vykonať špecifické vyšetrenia** na jej potvrdenie / vylúčenie. Infekcii vírusmi hepatitídy A a B sa môže predísť očkovaním.

Je hepatitída B nebezpečná?

Infekcia vírusom hepatitídy B patrí medzi najrozšírenejšie závažné infekcie pečene vo svete. **Prenáša sa kontaktom s infikovanou krvou alebo s telesnými tekutinami. Až v 80% prechádza infekcia do chronicity a vzniká tzv. chronická hepatitída B**, ktorá môže viesť k vzniku cirhózy (jazvovatenie) alebo rakoviny pečene.

Prečo by som mala byť vyšetrená na hepatitídu B, ak som tehotná?

Infikované tehotné ženy môžu vírus hepatitídy B preniesť na dieťa počas tehotenstva a najmä pri pôrode. **Na zaistenie prevencie prenosu hepatitídy B z matky na dieťa by mali preto byť na prítomnosť infekcie vírusom hepatitídy B vyšetrené všetky tehotné ženy. Rovnako dôležité je toto vyšetrenie v období pred otehotnením!**

Ako sa dozviem, či som infikovaná vírusom hepatitídy B?

Základné vyšetrenie na zistenie hepatitídy B ordinuje gynekológ všetkým tehotným ženám počas preventívnej prehliadky na začiatku alebo pri plánovaní tehotenstva. Vyšetří sa:
- **povrchový antigén hepatitídy B (HBsAg):** jedná sa o časticu vírusu hepatitídy B, ktorá sa nachádza v krvi infikovaného pacienta. Ak je test pozitívny, je vírus hepatitídy B prítomný.
- **anti-HBc total protilátky:** pozitívny výsledok naznačuje, že osoba bola infikovaná vírusom hepatitídy B.

- **anti-HBs protilátky:** protilátky proti povrchovému antigénu vírusu hepatitídy B sa v tele tvoria ako imunitná odpoveď proti vírusu hepatitídy B jednak po očkovaní alebo po prekonaní infekcie. Vo väčšine prípadov prítomnosť týchto protilátok znamená celoživotnú ochranu voči infekcii vírusom hepatitídy B.

V prípade, **ak má lekár podozrenie na prítomnosť infekcie vírusom hepatitídy B alebo sú prítomné iné príznaky pečeneového ochorenia, odošle tehotnú pacientku na ďalšie vyšetrenie k špecialistovi – hepatológovi**, ktorý odporučí ďalší postup.

Ako môžem ochrániť svoje dieťa, ak je iný člen rodiny infikovaný hepatitídou B?

Bábätká a deti v rodine môžu byť vystavené infekcii vírusom hepatitídy B od otca, súrodenca alebo iného človeka žijúceho v spoločnej domácnosti. Infikovať sa môžu kontaktom s infikovanou krvou alebo telesnými tekutinami. **Očkovanie a dôsledné hygienické opatrenia predstavujú najlepšiu prevenciu proti šíreniu vírusu hepatitídy B.**

Čo ak mám pozitívny test na hepatitídu B počas tehotenstva?

Ak sa u tehotnej ženy zistí pozitívny výsledok vyšetrenia na prítomnosť infekcie vírusom hepatitídy B, mala by byť **odporúčaná k špecialistovi na pečeneové ochorenia (hepatológovi)** kvôli ďalším nevyhnutným vyšetreniam a odporúčeniu ďalšieho postupu. Takmer u všetkých žien s infekciou vírusom hepatitídy B prebieha tehotenstvo bez komplikácií.

Ako môžem ochrániť svoje bábätko pred hepatitídou B?

Ak sa u tehotnej ženy zistí prítomnosť infekcie vírusom hepatitídy B, jej novonarodené dieťa musí dostať **hneď po narodení – ešte v pôrodnej sále - 2 injekcie: prvú dávku očkovacej látky proti hepatitíde B a jednu dávku špecifického imunoglobulínu proti hepatitíde B.** Ak sa tieto 2 lieky podajú správne počas prvých 12-tich hodín života, má novorodenec 95% šancu ochrany pred celoživotnou infekciou vírusom hepatitídy B. Na zabezpečenie kompletnej ochrany bude dieťa potrebovať ešte ďalšie dve dávky očkovacej látky proti hepatitíde B v 1. a 6. mesiaci života. **Ak dieťa nedostane tieto lieky načas, s 90% pravdepodobnosťou sa nakazí a infekcia bude mať u neho chronický priebeh. Preto je životne dôležité, aby boli všetci novorodenci infikovaných matiek pri pôrode zaočkovaní proti hepatitíde B!**

Môžem dojsť svoje bábätko, ak som infikovaná vírusom hepatitídy B?

Všetci novorodenci infikovaných matiek sú **hneď po narodení zaočkovaní proti hepatitíde B**, čím sa znižuje riziko prenosu ochorenia z matky na dieťa. Podľa odporúčaní Svetovej zdravotníckej organizácie je dojenie detí infikovanými matkami bezpečné a ženy s hepatitídou B treba povzbudiť, aby dojčili svoje deti. **Prinos dojenia mnohonásobne prevyšuje riziko prenosu vírusu hepatitídy B.**

Ako môžem predísť infekcii vírusom hepatitídy B, ak je niekto v rodine infikovaný?

Každému, kto žije v spoločnej domácnosti s infikovanou osobou, odporúčame očkovanie. Zvlášť dôležité je to pre novorodencov a deti, keďže v ranom veku je riziko vzniku chronickej infekcie pri styku s vírusom hepatitídy B najvyššie. Očkovanie je séria troch injekcií podaných počas šiestich mesiacov. Zabezpečia celoživotnú ochranu pred infekciou. Pokiaľ nie je očkovanie proti hepatitíde B kompletne ukončené, je dôležité vyháňať sa spoločnému používaniu ostrých predmetov (ako sú napríklad holiace potreby, zubné kečky, náušnice, atď.), keďže týmto spôsobom sa môže infekcia preniesť aj malým množstvom krvi. Infikované osoby by si mali dôsledne ošetriť všetky ranky a drobné poranenia. Rozliatu krv treba odstrániť s použitím gumených rukavíc a dezinfekčného prostriedku. **Hepatitída B sa neprenáša pri bežnom kontakte, nemôže sa šíriť kýchaním, kašľaním, objímaním ani jedlom pripraveným infikovanou osobou.**

Najistejšia ochrana je vedomosť o infekcii, dôsledné hygienické opatrenia a očkovanie proti hepatitíde B.



Viac informácií Vám poskytnú:

❖ všeobecný praktický lekár

❖ gynekológ

❖ hepatológ

❖ HEP HELP KLUB
Občianske združenie

pacientov s chorobami pečene
<http://www.hephelpklub.com/>

❖ Občianske združenie Šanca pre pečeň
<http://www.sancaprepecen.sk>

❖ <http://www.hepatitida.sk>

❖ Národné referenčné centrum
pre liečbu chronických hepatitíd
Slovenská zdravotnícka univerzita
Limbová 12-14, 833 03 Bratislava 37
hepatologia@szu.sk



Materiál realizovaný v rámci projektu MZ SR 2007/12-SZU-08

NÁRODNÉ REFERENČNÉ CENTRUM
PRE LIEČBU CHRONICKÝCH HEPATITÍD
Slovenská zdravotnícka univerzita v Bratislave

HEP HELP KLUB

Slovenská hepatologická spoločnosť
Slovenská gynekologicko-pôrodná spoločnosť
Slovenská spoločnosť
všeobecného praktického lekárstva
Slovenská lekárska spoločnosť

Vírusová hepatitída B a tehotenstvo



Odpovede na najčastejšie otázky



Prof. MUDr. Jozef Holomáň, CSc.
MUDr. Helena Glasová, PhD.
Ester Ďuráková
MUDr. Iveta Vaverková, MPH
Prof. MUDr. Karol Holomáň, CSc.

Pdf printable versions of the Hep Help Klub patient information brochures series - edition 2011, were uploaded on the new website (creating an Archive, some are still well usable)

Patient information brochure

Viral hepatitis C and pregnancy – Answering the most frequent questions

Čo je to hepatitída?

Hepatitída je zápalové ochorenie pečene. Môže prebiehať akútne alebo chronicky. Vzniká z rôznych príčin, **najčastejšie v dôsledku vírusovej infekcie** (vírusové hepatitídy A, B, C, D a E), pôsobením rôznych toxínov (alkohol, lieky, chemikálie), metabolických alebo autoimunitných procesov. Vírusové hepatitídy B, C, D **sú zákerne tým, že nebolia a infikovaný človek o nich nevie.** Preto je **nevyhnutné sa dožadovať špecifických vyšetrení pri akomkoľvek podozrení, zvlášť u rizikových osôb,** na potvrdenie alebo vylúčenie týchto obávajúcich infekcií.

Čo je hepatitída C?

Hepatitída C patrí medzi najrozšírejšie závažné infekcie pečene vo svete. Zapríčiňuje ju vírus hepatitídy C (VHC), ktorý napáda pečeňové bunky. **Až v 80% prechádza infekcia do chronicity a vzniká chronická hepatitída C.** Táto môže postupne viesť k vzniku cirhózy (jazvovatenie) alebo rakoviny pečene. **Prenáša sa kontaktom s infikovanou krvou alebo s telesnými tekutinami.**

Mala by som byť vyšetrená na hepatitídu C, ak som tehotná?

Vo veľmi zriedkavých prípadoch (5%) môžu infikované tehotné ženy vírus hepatitídy C preniesť na ich dieťa počas tehotenstva alebo pôrodu. Riziko prenosu je vyššie iba v prípade, keď má matka vysoký titer RNA HCV cirkulujúcej v krvi, alebo ak je súčasne HIV pozitívna. Titer HCV RNA v krvi matky by sa mal vyšetriť v prípade pozitivity protilátok proti HCV (anti-HCV). Protilátky

proti HCV prechádzajú placentou a ich hodnoty môžu byť pozitívne u novorodenca ešte asi 6 mesiacov po narodení (životnosť materských protilátok). Prítomnosť infekcie HCV u dieťaťa sa dá vyšetriť stanovením prítomnosti / neprítomnosti HCV RNA v sére. Dojčenie nesúvisí s vertikálnym prenosom infekcie vírusu hepatitídy C.

Ano – vyšetrenie ordinuje lekár.

Na zaistenie prevencie prenosu hepatitídy C z matky na dieťa by mali byť na prítomnosť infekcie HCV vyšetrené všetky tehotné ženy. Rovnako dôležité je toto vyšetrenie v období pred otehotnením!

Čo ak mám pozitívny test na hepatitídu C počas tehotenstva?

Ak sa u tehotnej ženy zistí pozitívny výsledok vyšetrenia na prítomnosť infekcie hepatitídy C, mala by byť **odporúčená k špecialistovi na pečeňové ochorenia (hepatológovi)** kvôli ďalším nevyhnutným vyšetreniam a odporúčeniu ďalšieho postupu.

Takmer u všetkých žien s infekciou vírusom hepatitídy C prebieha tehotenstvo bez komplikácií.

Ako môžem ochrániť svoje bábätko pred hepatitídou C?

Riziko prenosu HCV počas tehotenstva je veľmi malé. O niečo vyššie je v období pôrodu a tesne po pôrode. Pokiaľ zachováte odporúčané preventívne opatrenia, môžete toto riziko znížiť na minimum.

Môžem koiť svoje bábätko, ak som infikovaná vírusom hepatitídy C?

Podľa odporúčaní medzinárodných inštitúcií je dojčenie dieťa matkami infikovanými HCV bezpečné. Ženy s hepatitídou C treba povzbudiť, aby dojčili svoje deti.

Prínos dojčenia prevyšuje riziko prenosu vírusu hepatitídy C materským mliekom. Pozornosť treba venovať poraneniu prsníkov – nakoľko krvou a tkanivovým mokom sa môže vírus preniesť. Pri poranení prsníkových bradaviek je potrebné dojčenie prerušiť, mlieko odstrekovať a k dojčeniu sa vrátiť po zahojení. Odporúča sa používať ochranné klobúčky na prsníkové bradavky.

Ako sa dozviem, či som infikovaná vírusom hepatitídy C?

Základné vyšetrenie na zistenie hepatitídy C ordinuje gynekológ všetkým tehotným ženám počas preventívnej prehliadky na začiatku alebo plánovaní tehotenstva. Vyšetří sa:

- **anti-HCV protilátky:** ide o protilátky proti antigénom HCV. Ak je test pozitívny, môže ísť: 1. bud' o prekonanie infekcie HCV v minulosti s následným vylúčením HCV z organizmu alebo 2. o pretrvávajúcu prítomnosť infekcie HCV v organizme.

Na rozlíšenie sa vykonáva stanovenie

- **HCV RNA – ribonukleová kyselina vírusu HCV:** pozitívny výsledok priamo potvrdzuje u osoby infekciu HCV. Toto vyšetrenie už ordinuje odborný lekár – hepatológ.

V prípade, **ak ma ošetrovajúci lekár podozrenie na prítomnosť infekcie hepatitídy C alebo sú prítomné iné príznaky pečeňového ochorenia, teda odosle tehotnú pacientku na ďalšie posúdenie na špecializované pracovisko.**

Ako môžem ochrániť svoje dieťa, ak je iný člen rodiny infikovaný hepatitídou C?

Bábätká a deti môžu byť vystavené infekcii vírusom hepatitídy C od otca, súrodenca alebo iného človeka žijúceho v spoločnej domácnosti. Infikovať sa môže kontaktom s infikovanou krvou alebo telesnými tekutinami. **Dôsledné hygienické opatrenia predstavujú najlepší prevenciu proti šíreniu vírusu hepatitídy C. Očkovanie zatiaľ nie je k dispozícii.**

Ako môžem predísť infekcii vírusom hepatitídy C, ak je niekto v rodine infikovaný?

Je nevyhnutné dodržiavať základné preventívne hygienické opatrenia.

Medzi ne patria: zákaz spoločného používania ostrých predmetov, kde ľahko môže prísť k poraneniu – napríklad holiace potreby, zubné kefky, náušnice, atď. Týmto spôsobom sa môže infekcia preniesť aj malým množstvom krvi.

Infikované osoby by mali dôsledne a dostatočne prekrývať všetky ranky a drobné poranenia. Rozliatu krv treba odstrániť s použitím gumených rukavíc a dezinfekčného prostriedku. Hepatitída C sa neprenáša pri bežnom kontakte, nemôže sa šíriť kýchaním, kašľaním, objímaním, príbormi, kuchynským riadom, ani jedlom pripraveným infikovanou osobou.

Najlepší ochrana pre teba a tvojih drahých je vedomosť o infekcii HCV a dôsledné dodržiavanie spomínaných hygienických opatrení.



Viac informácií Vám poskytne Váš:

❖ všeobecný praktický lekár

❖ gynekológ

❖ hepatológ

❖ HEP HELP KLUB
Občianske združenie
pacientov s chorobami pečene
<http://www.hepclub.com/>

❖ Národné referenčné centrum pre liečbu chronických hepatitíd
Slovenská zdravotnícka univerzita
Limbová 12-14, 833 03 Bratislava 37
hepatologia@szu.sk



Materiál realizovaný v rámci projektu MZ SR 2007/12-SZU-08

NÁRODNÉ REFERENČNÉ CENTRUM
PRE LIEČBU CHRONICKÝCH HEPATITÍD
Slovenská zdravotnícka univerzita v Bratislave

HEP HELP KLUB

Slovenská hepatologická spoločnosť
Slovenská gynekologicko-pôrodná spoločnosť
Slovenská spoločnosť
všeobecného praktického lekárstva
Slovenská lekárska spoločnosť

Vírusová hepatitída C a tehotenstvo



Odpovede na najčastejšie otázky



Prof. MUDr. Jozef Holomáň, CSc.
MUDr. Helena Glasová, PhD.
Ester Ďuráková
MUDr. Iveta Vaverková, MPH
Prof. MUDr. Karol Holomáň, CSc.

Pdf printable versions of the Hep Help Klub patient information brochures series - edition 2011, were uploaded on the new website (creating an Archive, some are still well usable)

Patient information brochure

NASH and Transient Elastography of the Liver

Čo je to NASH (nealkoholová steatohepatitída)?

NASH (nealkoholová steatohepatitída) je zápalové ochorenie pečene, ktoré je spôsobené nahromadením tuku v pečenných bunkách a následným pôsobením rôznych škodlivých faktorov (toxíny, lieky, rôzne chemikálie). Stukovaténé bunky pečene sú na pôsobenie týchto faktorov citlivejšie. Zápal môže prebiehať akútne alebo chronicky a poškodzuje pečenné tkanivo.

NASH je zákeré tým, že pečeň neboli a postihnutý človek o svojej chorobe nevie. Môže sa však prejavíť „zlými výsledkami“ pri vyšetrení krvi – pozitívitou tzv. „hepatálnych testov“.

Pri podozrení na NASH je nevyhnutné vykonať špecifické vyšetrenia na jeho potvrdenie alebo vylúčenie.

Čo je to fibróza pečene?

Pri pokračovaní zápalu pečenného tkaniva dochádza k ukladaniu väziva do miest poškodených zápalom a tak vznikajú väzivové pružky – jazvy.

Toto jazvovatenie pečenného tkaniva sa nazýva fibróza. Prejavuje sa zvýšením tuhosti tkaniva i celej pečene – ľudovo „tvrdnutím pečene“. Pokiaľ sa ochorenie nelieči, stav sa zhoršuje a môže sa vyvinúť cirhóza.

Čo to je cirhóza pečene?

Pri pokračovaní zápalu a jazvovatenia tkaniva pečene dochádza k narušeniu štruktúry pečene ako celku, jazvovité, tuhé tkanivo zatláča pôvodné funkčné tkanivo pečene, ktoré sa však „usiluje“ dorastať, regenerovať. Tak vznikajú nepravidelné uzly regenerujúceho tkaniva zatláčané rozširujúcimi sa masami

tuhého väziva. Tieto zmeny zatláčajú aj cievy pečene, čím sa zhoršuje krvný obeh – a pri pokročilej cirhóze sa krv začína hromadiť pred pečeňou. Zatláčané sú aj drobné žľčovody, čo môže viesť k narušeniu vylučovania žlče (cholestáze) prejavujúcej sa svrbením a neskor vznikom „žltáčky“.

Pri závažnom ochorení pečene – cirhóze však trpí celý organizmus. Preto je snahou lekárov takémuto zlému vývoju choroby predísť včasnou diagnostikou a liečbou.

Môže sa NASH vyvolať tučnotou (obezitou)?

Áno, NASH majú častejšie tuční ľudia. Ale aj chudý človek môže dostať toto ochorenie vtedy, ak má narušenú látkovú premenu, najmä premenu tukov. Nie každá tučnota je rovnako nebezpečná pre vznik NASH.

Najrizikovejší je tzv. mužský typ tučnosti, pri ktorom sa tuk ukladá najmä na bruchu, v oblasti pásu (ľudovo „pivné brucho“). Tzv. ženský typ tučnosti, pri ktorom sa tuk ukladá najmä na stehnách a bokoch je o niečo menej nebezpečný. Zistilo sa, že zariadením tučnosti možno priaznivo ovplyvniť vývoj NASH.

Ako zistím, že mám NASH?

Zvyčajne sa NASH zistí až pri špecializovanom vyšetrení u odborníka – hepatológa. Podozrenie na toto ochorenie však môže vysloviť už všeobecný praktický lekár, pokiaľ sú u pacienta prítomné rizikové faktory NASH (obezita, cukrovka, porucha látkovej premeny tukov, niektoré lieky atď.) a pri odbere krvi sa zistí pozitívita „hepatálnych testov“.

Špecialista – hepatológ ordinuje ďalšie doplnujúce vyšetrenia z krvi, ultrazvukové vyšetrenie brucha, prípadne aj biopsiu pečene.

Čo to je biopsia pečene?

Ide o odber vzorky tkaniva pečene pomocou tenkej ihly, ktorá sa odošle na vyšetrenie odborníkovi – histopatológovi.

Cieľom je posúdenie zmien tkaniva pečene, viditeľných po špeciálnom zafarbení alebo inej úprave pod mikroskopom. Prináša veľmi dôležité informácie o aktivite a štádiu choroby, ktoré lekár potrebuje na určenie ďalšieho postupu liečby.

Aký význam má zvýšená tuhosť pečene?

Ide o znak fibrózy alebo cirhózy pečene. Čím sú jazvovité zmeny tkaniva pečene pokročilejšie, tým je pečeň tuhšia. Tuhosť pečene vyšetruje lekár aj pri bežnom vyšetrení brucha priamo hmatom.

Čo to je tranzientná elastografia?

Okrem pohmatového vyšetrenia pečene má lekár k dispozícii aj stanovenie tuhosti resp. elasticity pečene novou metódou tranzientnej elastografie (prístroj FibroScan™).

Podstatou metódy je stanovenie stupňa fibrózy pečene na základe merania rýchlosti pohybu elastickej vlny, generovanej sondou prístroja, v priestorovej vzorke parenchýmu pečene (rýchlosť pohybu elastickej vlny je tým vyššia, čím nižšia je elasticita, resp. vyššia tuhosť tkaniva).

Metóda bola už doteraz odskúšaná vo viacerých klinických štúdiách a používa sa na vysoko špecializovaných pracoviskách.

Nahradi vyšetrenie prístrojom FibroScan biopsiu pečene?

Nie, lebo neposkytuje možnosť priameho hodnotenia zápalu a fibrózy tkaniva pečene, ale len údaj o celkovej tuhosti vyšetrovanej pečene. Táto informácia však poskytuje lekárovi dôležitý podklad pre racionálne posúdenie štádia choroby. Umožňuje tiež neinvazívne sledovanie jej vývoja v čase, ako aj hodnotenie účinnosti podávanej liečby.

Ako sa môžem vyhnúť NASH?

Dodržiavaním zdravej životosprávy a stravovania, s dostatkom rekreačného fyzického pohybu, neprejedaním sa, kontrolovaním si hmotnosti a vyhýbaním sa škodlivým, toxickým látkam v potrave a prostredí.

Dá sa NASH liečiť?

Áno. Základom liečby je zdravá životospráva, postupné zníženie tučnosti. V závažných prípadoch sú už dnes k dispozícii účinné lieky, ktoré sú schopné ovplyvniť zápal pečene i postup fibrózy.

Dôležité je samozrejme aj ovplyvnenie ďalších rizikových faktorov a ochorení, ako sú cukrovka, porucha látkovej premeny tukov, vysoký tlak a iné. Na liečbe preto podľa potreby môžu spolupracovať s hepatológom aj viacerí odborníci.



Prístroj FibroScan®

Viac informácií Vám poskytne Váš:

❖ všeobecný praktický lekár

❖ hepatológ

❖ gastroenterológ

❖ HEP HELP KLUB
Občianske združenie
pacientov s chorobami pečene
<http://www.hephelpklub.com/>

❖ Národné referenčné centrum pre liečbu chronických hepatitíd
Slovenská zdravotnícka univerzita
Limbová 12-14, 833 03 Bratislava 37
hepatologia@szu.sk



Materiál realizovaný v rámci projektu MZ SR 2007/12-SZU-08

NÁRODNÉ REFERENČNÉ CENTRUM
PRE LIEČBU CHRONICKÝCH HEPATITÍD
Slovenská zdravotnícka univerzita v Bratislave

HEP HELP KLUB

Slovenská hepatologická spoločnosť
Slovenská gastroenterologická spoločnosť
Slovenská spoločnosť
všeobecného praktického lekárstva
Slovenská lekárska spoločnosť

Nealkoholová
steatohepatitída
pečene

Tranzientná elastografia pečene



MUDr. Helena Glasová, PhD.
MUDr. Martin Zima, PhD.
Prof. MUDr. Ľubomír Jurgoš, PhD.
Doc. MUDr. Jozef Glasa, CSc., PhD.
Prof. MUDr. Jozef Holomáň, CSc.

Pdf printable versions of the Hep Help Klub patient information brochures series - edition 2011, were uploaded on the new website (creating an Archive, some are still well usable)

3. The first educational brochure of the renewed HepHelpKlub series (2)

- new „Transient elastography of the Liver“ patients' educational brochure developed and made available in print and online on new website → restart of the HepHelpKlub educational brochures series



Odpovede na Vaše otázky Vám poskytne Váš ošetrojúci lekár, ktorý Vám vyšetrenie odporučil a vyškolená certifikovaná osoba pri samotnom vyšetrení.



Tento materiál vznikol s podporou Európskej asociácie pacientov s ochoreniami pečene (ELPA). www.elpa.eu



Radi Vás privítame v našom Hep Help Klub-e – združení pacientov s ochoreniami pečene a ich blízkych. Viac informácií na stránke www.hephelpklub.sk



Tranzientná elastografia pečene (TELP)

Fibroscan^R Echosens^R

Základné informácie a odpovede na najčastejšie otázky

Prečo mi odporučili toto vyšetrenie?
Zdravie pečene je veľmi dôležité pre zdravie a život celého organizmu. Vyšetrenie TELP pomôže zistiť, či Vaša pečeň nebola závažne poškodená, najmä, či nemáte fibrózu alebo dokonca cirhózu pečene. Vyšetrenie indikoval Váš ošetrojúci lekár – špecialista na ochorenia pečene.

Ako sa môže prejavovať a ako sa dá zistiť poškodenie pečene?
Chronické ochorenie pečene často prebieha bez príznakov a človek o ňom vôbec nemusí vedieť. Môžu ho spôsobiť choroby pečene alebo cudzorodé látky či mikroorganizmy rôzneho pôvodu. Ich včasná rozpoznávanie a záchyt môže predísť alebo zastaviť progresiu choroby („tvrdnutie“) pečene. V niektorých prípadoch dokonca dosiahnuť aj úpravu poškodenia a obnovenie normálnej funkcie pečene.

Čo je to fibróza pečene?
Ide o prejav poškodenia tkaniva pečene, o zrnčenie väziva, jeho zjazvovatenie, a to na úkor zdravých pečenejových buniek. Prejaví sa zvýšením tuhosti („stvrdnutím“) pečene. Podľa závažnosti rozlišujeme 4 stupne fibrózy pečene. Pokročilé štádium daného ochorenia označujeme ako cirhóza pečene.

Aké sú najčastejšie príčiny fibrózy a cirhózy pečene?
Môžu to byť všetky ochorenia a poškodenia pečene.

Čo je to steatóza pečene?
Ide o stukovatenie pečene, hromadenie tuku v pečenejových bunkách.

Čo je to tranzientná elastografia pečene (TELP)?
Ide o neinvazívnu metódu merania elasticity (resp. tuhosti) tkaniva pečene (angl. *liver stiffness*). Meria rýchlosť šírenia rázovej vlny v tkanive pečene, ktorá závisí od stupňa fibrózy. Čím je rýchlosť rázovej vlny väčšia, tým je parenchým pečene tuhší. Výsledok merania sa udáva v kilopascaloch (kPa). Použitím špeciálneho programu možno zároveň súčasne kvantifikovať aj stupeň stukovatenia (steatózy) (tzv. CAP modul, angl. *controlled attenuation parameter*).

Čo je to Fibroscan^R?
Ide o merací prístroj francúzskeho výrobcu Echosens^R, pomocou ktorého vyšetrujeme elasticitu (resp. tuhosť) pečene. Pomocou špeciálnej sondy sa zachytí a analyzuje signál šírenia rázovej vlny, ktorá sa v impulze zo sondy šíri tkanivom pečene. Sondy musia byť pravidelne kalibrované.

Ako prebieha vyšetrenie?
Vyšetrenie vykoná vyškolená osoba, certifikovaná Echosens^R. Pred vyšetrením budete v kľude ležať asi 5 minút na vyšetrovacom lôžku, aby sa telo upokojilo. Zatiaľ vyšetrujúci zadá do prístroja Vaše údaje. Počas vyšetrenia budete ležať v polohe na chrbte s pravou rukou zdvihnutou za hlavu a prekriženými nohami za účelom lepšieho rozvinutia Vášho hrudného koša – tzv. **poloha v tvare banánu**.

Na pravej strane hrudníka sa na kožu aplikuje bezfarebný kontaktný gél a do medzirebrového priestoru sa priloží špička sondy. Vyšetrujúci pritom zároveň vyhľadá vhodné miesto na meranie.



Následne sa prostredníctvom sondy vyšle impulz, ktorý pocítite ako veľmi jemné „kopnutie“.

Potrebné je urobiť minimálne 10 úspešných meraní, ktoré prístroj zaznamená a číselne vyhodnotí.

Bude to bolieť?
Vyšetrenie je bezbolestné.

Koľko to bude trvať?
Vyšetrenie trvá asi 10 minút.

Ako sa mám na vyšetrenie pripraviť?
Oblečte si pohodlné šaty, ktoré pri vyšetrení umožnia ľahký prístup k pravej strane Vášho hrudníka.

Pred vyšetrením by ste nemali jesť najmenej 3 hodiny.



Môžem absolvovať vyšetrenie ak som tehotná?
Áno, ak je to potrebné. Avšak bežne sa TELP v tehotenstve nevykonáva.

Kedy budem vedieť výsledok a ako mu rozumieť?
Po vyšetrení. Odborná interpretácia výsledku vo vzťahu k Vášmu ochoreniu je vecou Vášho lekára (resp. lekára pracoviska TELP).

Building patient experts in clinical trials 12th – 13th May 2023; ELPA visit of Bratislava, Slovakia



- on invitation by Dr Helena Glasova Phd and Prof Dr Jozef Glasa, PhD PhD
- Educational Course on Clinical Trials at the Slovak Medical University - participants received Course certificates and met the Dean of the Faculty of Nursing and Medical Professional Studies Prof Zuzana Slezakova, PhD
- visit of the Slovak Parliament – meeting with MP Dr Anna Zaborska and MP Jan Horecky
- visit of the Nuclear Magnetic Resonance facility where inovative Liver Multiscan is being performed – meeting with Dr Slavomir Belan



Thank you very much, ELPA!

