

Guida all'epatite B: test, terapie e come mantenersi sani

Questa guida è adatta a te, se hai:

- l'epatite B, o
- maggiori probabilità di contrarre l'epatite B.

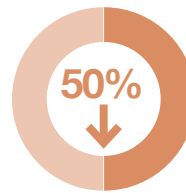
Questa guida ti offre supporto per fare il test dell'epatite B e ti aiuterà a convivere con l'epatite B cronica.



**1 persona su 3 con
epatite B cronica
non sa di averla.**



**Senza farmaci o
controlli, 1 persona
su 4 con epatite B
cronica muore a
causa di cancro al
fegato o insufficienza
epatica.**



**La ricerca dimostra
che l'assunzione
di farmaci per
l'epatite B cronica
può ridurre del 50%
le probabilità di
ammalarsi di
cancro al fegato.**



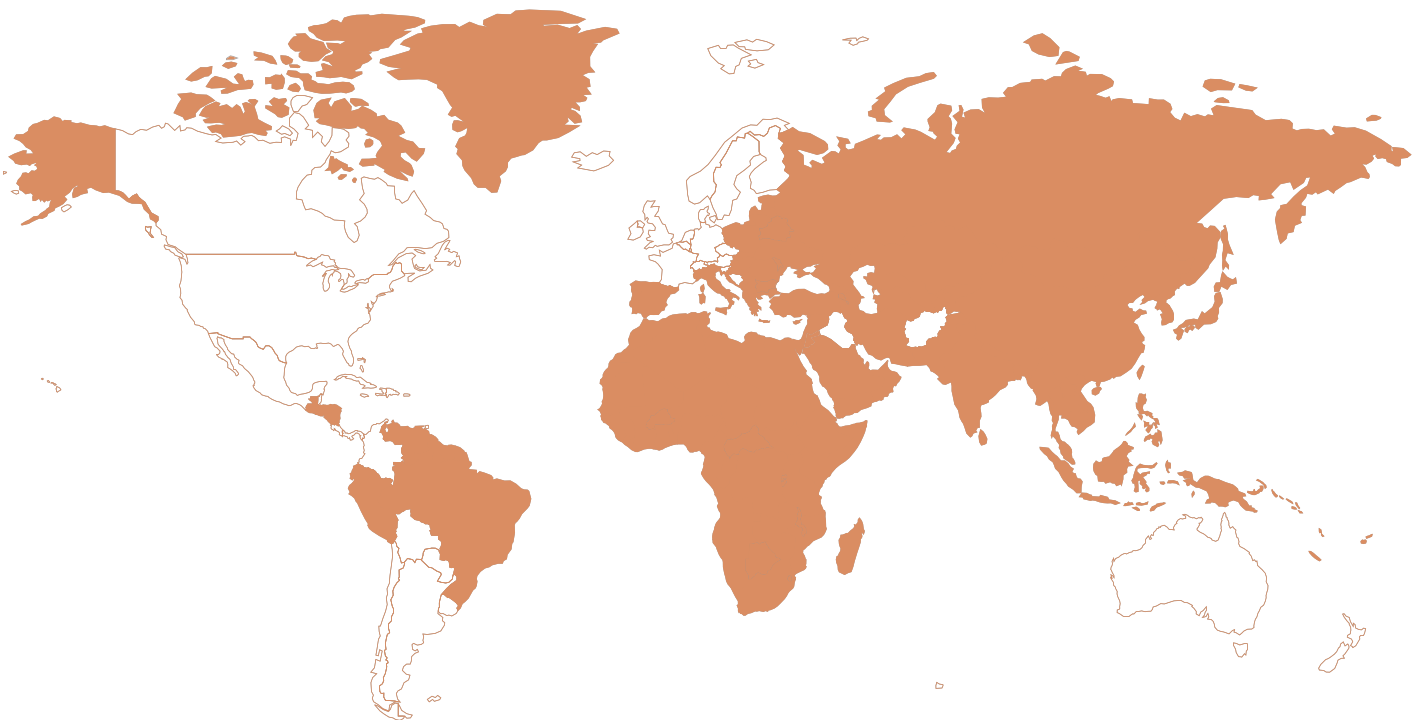
**Puoi proteggerti
dall'epatite B
vaccinandoti.**

1. Verifica se devi sottoporsi al test per l'epatite B

Questi gruppi di persone dovrebbero sottoporsi al test per l'epatite B:

- ✓ famiglie, partner e persone che vivono con qualcuno che ha l'epatite B;
- ✓ persone nate in una delle regioni di colore arancione nella mappa sottostante;
- ✓ aborigeni o isolani dello Stretto di Torres;
- ✓ donne in gravidanza;
- ✓ neonati e bambini di età superiore ai nove mesi nati da madri con epatite B;
- ✓ persone in procinto di sottoporsi a dialisi o che devono assumere farmaci antitumorali o immunosoppressivi;
- ✓ professionisti sanitari che eseguono procedure a rischio di esposizione;
- ✓ membri delle forze armate;
- ✓ persone con HIV o epatite C;
- ✓ persone con più partner sessuali che non hanno ricevuto il vaccino;
- ✓ persone che hanno fatto uso di droghe iniettabili;
- ✓ persone che sono state in carcere;
- ✓ uomini che hanno rapporti sessuali con altri uomini;
- ✓ lavoratori e lavoratrici del sesso;
- ✓ alcune persone con danni al fegato;
- ✓ persone con una storia familiare di malattia epatica o cancro al fegato.

Regioni con un'incidenza di epatite B da moderata ad elevata



Le persone nate nei paesi in arancione dovrebbero sottoporsi al test per l'epatite B

2. Chiedi al tuo medico di prescriverti un test per l'epatite B

I test per l'epatite B non fanno parte degli esami del sangue di routine, per cui devi richiederli. Il tuo medico di base può dirti se hai già effettuato un test per l'epatite B in passato, mediante un esame del sangue da lui/lei prescritto.

Potrai sapere se hai l'epatite B. In caso di risultato negativo, il test ti indicherà anche se sei immune.



Esistono molti tipi di test per l'epatite B. Puoi segnalare al tuo medico questo strumento per trovare il test adatto a te: <https://ashm.org.au/products/product/1976963402>

Servizi di interpretariato

Se hai bisogno di aiuto per parlare con il tuo medico, puoi farti assistere da un interprete, anche telefonicamente. Si tratta di un servizio gratuito offerto da TIS National (Servizio di traduzione e interpretariato). Al momento della prenotazione, basta comunicare allo studio medico che hai bisogno di un interprete.

Familiari e amici possono offrire supporto durante una visita medica, ma è importante avvalersi di un interprete professionista. Fare scelte sulla propria salute può essere difficile; quindi è importante che tu capisca tutto. Ciò può aiutarti a prendere le decisioni migliori. Gli interpreti di TIS National sono professionisti con un'ampia esperienza nel trattare informazioni complesse.

Sito web: www.tisnational.gov.au

Telefona al numero 131 450 per ottenere un interprete telefonico al costo di una chiamata locale.

3. Ottieni i risultati del test

Un test per l'epatite B potrebbe mostrare uno dei seguenti quattro risultati:

RISULTATI DEI TEST



NEGATIVO Immune

Sei immune all'epatite B
e **non puoi contrarla.**



NEGATIVO Non immune

Non hai mai avuto l'epatite B e non hai mai fatto il vaccino. **Puoi chiedere al tuo medico di sottoporsi al vaccino** per proteggerti da futuri contagi.



CLEARED Immune

Hai avuto l'epatite B in passato, ma l'infezione è guarita. **Valuta di comunicarlo a familiari, partner e persone con cui vivi in modo che possano fare il test.** Se non te la senti di dirglielo, può farlo il tuo medico. In alternativa puoi utilizzare le risorse su letthemknow.org.au/

Può accadere che le persone che hanno avuto l'epatite B si riammalino; si tratta di una riacutizzazione. Ciò può verificarsi per esempio se si assumono farmaci antitumorali o altri farmaci che indeboliscono il sistema immunitario.



POSITIVO

L'esame del sangue può aiutare il medico a decidere se hai un'epatite acuta o cronica. Cronica significa che l'avrai per tutta la vita, ma ci sono alcune cose che ti possono aiutare a rimanere in salute.

L'EPATITE B PUÒ CAUSARE:

- Cirrosi (grave cicatrizzazione del fegato)
- Patologie del fegato
- Cancro al fegato

Non esiste una cura per l'epatite B cronica, ma è possibile assumere dei farmaci per rallentare o addirittura arrestare il danno epatico. L'assunzione di farmaci può anche ridurre le probabilità di contrarre patologie del fegato.

In caso di esposizione recente al virus, dovrai risottoporsi al test dopo sei mesi per sapere se l'epatite B è diventata cronica.



Invita familiari, partner e persone con cui vivi a sottoporsi al test



Mangia sano, fai esercizio fisico e riduci il consumo di alcol e sigarette



Fai gli esami del fegato



Vai dal medico ogni 6-12 mesi



Sottoponiti alle terapie se necessario

In caso di esposizione al virus e in assenza di immunità, puoi sottoporerti ad un'iniezione di immunoglobulina anti-epatite B. Si tratta di un medicinale che riduce le probabilità di contrarre l'epatite B e che devi assumere entro 72 ore dal contatto con il virus. È possibile ottenere questo farmaco da:



**il tuo medico
di base**



**l'ambulatorio di
pianificazione
familiare**



**l'ambulatorio
per la salute
sessuale**



**l'ospedale
pubblico locale**

Durante questa visita puoi anche chiedere al medico informazioni sul vaccino contro l'epatite B.

4. Effettua gli esami del fegato

Il medico dovrà prescriverti alcuni test per verificare il funzionamento del fegato.

Verrà controllata anche la presenza di un eventuale cancro al fegato. Ciò significa che dovrai sottoporerti ad alcuni esami del sangue. Potresti anche dover fare un'ecografia o un Fibroscan, che sono indolori. L'ecografia consente al medico di rilevare eventuali lesioni al fegato. Il Fibroscan utilizza le vibrazioni per verificare la rigidità del fegato.

Questo aiuterà il medico a decidere se è necessario iniziare ad assumere dei farmaci.



5. Raccomanda a familiari, partner e persone con cui vivi di sottoporsi al test

Il modo più comune di trasmissione dell'epatite B è da madre a figlio. Si trasmette anche attraverso il sangue o i rapporti sessuali non protetti. Valuta di dire a familiari, partner e persone con cui vivi che hai l'epatite B; in questo modo possono sottoporsi al test e proteggersi vaccinandosi.

Avere l'epatite B non significa non poter avere una famiglia. Puoi ancora fare cose come condividere i pasti con familiari e amici. Il modo migliore in cui familiari e amici possono proteggersi è vaccinandosi.

Se non te la senti di dirglielo, può farlo il medico al posto tuo. Informati su come comunicare alle persone che hai l'epatite B.

NON È POSSIBILE CONTRARRE L'EPATITE B ATTRAVERSO:



**abbracci
o baci**



**condivisione
di cibo,
stoviglie e
posate**



**assunzione di
cibo preparato
da qualcuno
con l'epatite B**



**punture di
insetti o animali,
comprese le
zanzare**



**condivisione di
bagni, docce o
servizi igienici**



**tosse e
starnuti**

Ci sono vari modi per impedire la trasmissione dell'epatite B da madre a figlio. Dopo la nascita, il bambino dovrebbe ricevere due iniezioni entro le prime 12 ore di vita. Un'iniezione contiene immunoglobuline, ossia degli anticorpi che aiutano l'organismo a combattere il virus. L'altra iniezione è la prima vaccinazione contro l'epatite B. Tutti i neonati ricevono questo vaccino, anche se la madre non ha l'epatite B. Faranno altri vaccini contro l'epatite B nei sei mesi successivi. Queste due iniezioni proteggono il bambino dal virus.

Una terapia contro l'epatite B riduce anche la possibilità che il bambino contragga questa malattia; questa terapia è sicura durante la gravidanza.

6. Mangia in modo sano, fai esercizio fisico, bevi meno alcolici e smetti di fumare

È IMPORTANTE PRENDERSI CURA DEL PROPRIO CORPO:



**mangiando
in modo
sano**



**facendo
esercizio
fisico**



**riducendo l'assunzione di
alcolici (o non bevendoli
completamente)**



**non
fumando**

L'alcol, le sigarette e il sovrappeso possono danneggiare il fegato. Questo peggiora la situazione, perché anche l'epatite B può danneggiare il fegato. Se hai bisogno di aiuto per apportare dei cambiamenti per la tua salute, rivolgiti al tuo medico. Puoi anche utilizzare uno di questi servizi di supporto:

- **Per bere meno alcolici:** adf.org.au/help-support/
- **Per smettere di fumare:** Quitline 13 78 48

7. Visita il medico ogni dodici mesi

È importante andare dal medico almeno una volta ogni dodici mesi o più spesso, se te lo raccomanda il medico.

Le persone con l'epatite B spesso si sentono bene. Se aspetti di stare male, potresti già avere danni incurabili al fegato. L'unico modo per saperlo è continuare a sottoporsi ai controlli per il fegato.

Se il virus inizia a danneggiare il fegato, puoi assumere dei farmaci in grado di rallentare i danni e ridurre le probabilità di sviluppare patologie epatiche.

Potrebbe essere necessario andare dal medico più spesso all'inizio della terapia.



LO SAPEVI?

Il fegato non ha innervature che causano dolore, ma quando la membrana che lo circonda si distende, ciò può provocare dolore. Questo è uno dei motivi per cui potresti non sentirti male fino a quando non hai già gravi lesioni al fegato.

8. Assumi farmaci se necessario

Non tutte le persone con l'epatite B devono assumere farmaci, poiché il virus attraversa diverse fasi.

Durante alcune fasi, il virus può essere molto attivo e danneggiare il fegato. Quando vai dal medico per un controllo del fegato, ti prescriverà un esame del sangue. Questo test mostrerà il livello di attività del virus e aiuterà il medico a decidere se è necessario assumere farmaci. Può essere utile considerare che le fasi dell'epatite B non sempre si presentano in ordine.



Il medico può utilizzare termini diversi per riferirsi a tali fasi.

SILENTE	FASE 1	Immuno-tolleranza	Il virus dell'epatite B si sta moltiplicando, ma di solito non vi è alcun danno epatico attivo. Le persone con un'epatite B in questa fase dovrebbero sottoporsi a controlli ogni 6-12 mesi. Durante questa fase la probabilità di diffusione del virus ad altre persone è alta.
DANNO	FASE 2	Immuno-eliminazione	Il virus dell'epatite B attacca il sistema immunitario e quest'ultimo reagisce. Il fegato sta subendo danni. Vi sono maggiori possibilità di cicatrizzazione, cirrosi e cancro al fegato. Dovresti consultare uno specialista in quanto potresti aver bisogno di farmaci.
CONTROLLO	FASE 3	Inattività	Il sistema immunitario ha il virus sotto controllo e il fegato non subisce ulteriori danni. Le persone con un'epatite B in questa fase dovrebbero sottoporsi a controlli ogni 6-12 mesi.
RIATTIVAZIONE	FASE 4	Riattivazione immunitaria	Il virus è di nuovo attivo e causa danni al fegato. Vi sono maggiori possibilità di cicatrizzazione, cirrosi e cancro al fegato. Dovresti consultare uno specialista in quanto potresti aver bisogno di farmaci.

I farmaci più comuni per il trattamento dell'epatite B sono le compresse antivirali, che dovrai assumere tutti i giorni per un lungo periodo di tempo e in base a quanto raccomandato dal medico.

In alcuni casi potresti ricevere i farmaci per l'epatite B dal tuo medico di base, ma altre volte è necessario consultare uno specialista del fegato.

Servizi utili

National Hepatitis Infoline (linea d'assistenza nazionale per l'epatite): 1800 437 222

La National Hepatitis Infoline ti indirizza a organizzazioni comunitarie di pertinenza nel tuo Stato o Territorio. Gli operatori telefonici provengono dalle organizzazioni associate a Hepatitis Australia. Forniscono supporto nelle comunità locali e offrono aiuto in modo cordiale e confidenziale. Puoi trovare i contatti delle organizzazioni per l'epatite su www.hepatitisaustralia.com/local-hepatitis-organisations

Servizio di traduzione e interpretariato TIS National: 13 14 50

Se hai difficoltà con l'inglese, puoi contattare TIS National per ricevere informazioni nella tua lingua. È un servizio gratuito per la maggior parte delle persone che non parlano bene l'inglese.

Per ulteriori informazioni visita il sito web di TIS National: www.tisnational.gov.au

Alcohol and Drug Foundation (fondazione per problemi di alcool e droga)

Se hai bisogno di aiuto per diminuire l'assunzione di alcolici e droghe o smettere del tutto, questa fondazione offre un elenco di servizi di supporto sul suo sito web: adf.org.au/help-support/

Quitline 13 78 48

Quitline è un servizio di consulenza e informazione telefonica privato. Aiuta le persone a smettere di fumare. Puoi anche visitare <https://www.quit.org.au/>

Beyond Blue 1300 224 636

La notizia di avere un problema di salute può essere stressante e creare ansia e depressione. Beyond Blue fornisce informazioni e supporto per la salute mentale. Offre anche un servizio di chat sul proprio sito web: beyondblue.org.au

HepBcommunity.org

HepBcommunity.org è un forum di discussione online per le persone che hanno l'epatite B. Mette in contatto le persone che hanno l'epatite B con scienziati e medici.

Hep Forums

Gli Hep Forum sono forum di discussione online per le persone che hanno l'epatite B, C o una co-infezione; nonché per i loro amici e familiari e altre persone che hanno domande sull'epatite e sulla salute del fegato. Per accedere ai forum, visita: <https://forums.hepmag.com/>



MAGGIORI INFORMAZIONI

Puoi trovare maggiori informazioni su www.hepatitisaustralia.com/rights-and-responsibilities

Riferimenti bibliografici

[Epatite B e fornitori di cure primarie](#), ASHM
[Indicazioni per i test per l'epatite B](#), ASHM
[Test per l'epatite B](#), Hepatitis NSW
[TIS National](#), Ministero degli affari interni
[Cos'è l'epatite B?](#), All Good
[Convivere con l'epatite](#), Hepatitis Qld
[Rimedi naturali ed epatite B](#), hepmag
[Definizione medica di dolore al fegato](#), MedicineNet
[Nuova diagnosi di HBV, e ora?](#) Hep B Help

Questa risorsa ha solamente uno scopo informativo generale e non intende sostituire una consulenza legale o medica. Ti invitiamo a richiedere una consulenza indipendente prima di prendere qualsiasi decisione in base alle informazioni qui fornite.

hepatitis
australia