

B-hepatiitti – tietoa sairastuneelle

Sinulla on todettu B-hepatiittivirusinfektio. Virus tarttuu suojaamattomassa seksikontaktissa ja veren välityksellä, esimerkiksi ruiskujen ja neulojen yhteiskäytössä. Virus voi tarttua myös äidistä lapseen synnytyksen tai imetyksen yhteydessä. Osa B-hepatiitti-infektion sairastaneista jää pysyvästi viruksen kantajaksi. Kantajuus on erityisen yleistä, jos infektio on sairastettu lapsuudessa. Aikuisiällä sairastuneista kantajaksi jää 1–5 %. Kantaja voi tartuttaa virusta muihin henkilöihin. Jos jäät viruksen kantajaksi, infektiota ja maksan tilannetta seurataan määrävälein laboratoriotutkimuksella oman terveysaseman kautta.

Miten B-hepatiittiviruksen tarttuminen muihin ehkäistään?

- Käytä aina **kondomia seksikontakteissa**, ellei kumppanisi ole sairastanut B-hepatiittia tai saanut vähintään kolmen pistoksen rokotesarjaa.
- **Kerro samassa taloudessa asuville ja mahdollisille seksikumppaneille, että heillä on oikeus ilmaiseen B-hepatiittirokotukseen.** Jos sinulla on pistoshuumeita käyttäviä tuttavuuksia, kehoita heitä hakeutumaan maksuttomaan rokotukseen terveyskeskukseen.
- Huolehdi hygieniasta ja siitä, että ihosi pysyy ehjänä.
 - Jos sinulla on vuotava haava, älä käytä yleisiä saunoja, suihkuja tai uima-altaita.
 - Jos vertasi joutuu toisen ihmisen haavaan, rikkoutuneeseen ihoon tai limakalvolle, neuvo häntä pesemään se heti pois runsaalla vedellä ja saippualla. Tämän jälkeen molempien tulee ottaa yhteys lääkäriin.
- Säilytä henkilökohtaiseen hygieniaasi tarvitsemasi välineet (kuten kampa, hammasharja tai partakone) erillään toisten välineistä äläkä lainaa niitä muille tai muilta.
- Huomioi tartunnan mahdollisuus veritahrojen siivouksessa:
 - Pyyhi veri- ja eritetahrat pinnoilta klooripitoisella puhdistusaineella pakkauksen ohjeen mukaan kertakäyttöpyyhettä käyttäen ja pese lopuksi kädet.
 - Hävitä veren tahrimat siteet (kuten kuukautissiteet) huolellisesti pakkaamalla ne erikseen muovipussiin ennen jäteastian laittamista. Jos toinen henkilö käsittelee verelläsi tahriintunutta materiaalia, hänen tulee käyttää suojakäsineitä.
 - Ruokailuvälineet voi pestä normaaliin tapaan.
 - Pyykin voi pestä normaalisti pesukoneessa. Jos vaate on tahriintunut verellä, käytä esipesuohjelmaa ja sen jälkeen pese vaate materiaalin suosituksen mukaisessa lämpötilassa. Jos konepesu ei ole mahdollista, liota verinen pyykki kylmässä vedessä kertakäyttökäsineet kädessä ja pese sen jälkeen materiaalin suosituksen mukaisesti.
- Käytetyt pistovälineet voi viedä hävitettäväksi apteekkiin tai pistoshuumeita käyttäville suunnattuihin terveysneuvontapisteisiin (mm. Sympipikset, Terveys- ja sosiaalineuvontapiste Linkki, Vinkkarit). Monissa näistä pisteistä on mahdollista saada myös A- ja B-hepatiittirokotukset. Neulojen ja ruiskujen omatoiminen sterilointi ei täysin poista tartuntariskiä.
- Jos henkilöllä on merkittävä ja toistuva riski altistua B-hepatiittivirukselle, varmistetaan rokotusten antaman suojan riittävyys verikokeella, kun vähintään 6-8 viikkoa on kulunut viimeisestä rokoteannoksesta.

Lisätietoa

THL: [Hepatiitti B \(www.thl.fi\)](http://www.thl.fi)