

# Zbadaj wątrobę

Wirusowego zapalenia wątroby nie wolno lekceważyć. Przy najbliższej kontroli u lekarza poproś o skierowanie na badania.



Najbardziej powszechne rodzaje wirusa atakującego wątrobę to typy A, B i C. Wirus typu A przenosi się drogą pokarmową, np. przez kontakt z zakażoną wodą. Objawy, jakie początkowo mu towarzyszą, to senność, bóle głowy, brak apetytu. Z kolei WZW typu B, zwanym potocznie żółtaczką wszczepienną, bardzo łatwo można się zarazić przez zakłucie zainfekowaną igłą podczas zabiegów kosmetycznych, stomatologicznych, w salonach

tatażu, a także przez kontakty seksualne. Wirus typu B jest nawet do 100 razy bardziej zakaźny niż wirus HIV i może przez długie lata rozwijać się bezobjawowo.

## Szczepienie – najlepsza profilaktyka

W przypadku wirusów typu A i B najskuteczniejszą formą profilaktyki jest szczepienie. Organizm potrzebuje trzech dawek szczepionki, podawanych w odstępie miesiąca od

pierwszej dawki. Kto powinien się zaszczepić? Odpowiedź na to pytanie jest prosta – wszyscy. Nikt z nas nie żyje w sterylnych warunkach, a prowadząc najbezpieczniejszy nawet tryb życia, nie unikniemy banalnych zabiegów chirurgicznych, takich jak wycinanie znamion, czy choćby przypadkowego skażenia u dentysty. Zapalenie wątroby prowadzi tymczasem do poważnych powikłań z pierwotnym rakiem wątroby, marskością i śmiercią włącznie.

## Nie ma szczepień przeciwko WZW typu C

Niestety, nie odkryto jeszcze szczepionki na WZW typu C. Ta odmiana żółtaczki jest wyjątkowo podstępna, ponieważ choroba przebiega zwykle bez żadnych objawów. Podobnie jak nosicielstwo pozostałych typów, HCV bywa odkrywany przy okazji innych badań. Do infekcji dochodzi przez kontakt z zakażoną krwią. Nieleczona choroba prowadzi w większości przypadków do przewlekłych schorzeń wątroby z marskością włącznie i jest

jedną z głównych przyczyn przeszczepów tego narządu. Jedynie w 10-15% przypadków zakażeń organizm jest w stanie samodzielnie poradzić sobie z wirusem. Jak wygląda leczenie WZW typu C? Kuracja polega zwykle na stosowaniu środków stymulujących układ odpornościowy oraz leku antywirusowego. Marskość wątroby, która stanowi najcięższe powikłanie WZW C, rozwija się nie tylko z powodu ekspansji wirusa, ale i na skutek działania limfocytów, które walczą z chorobą, atakują również komórki wątroby. Narząd ten, zamiast regenerować się pod postacią gładkiej tkanki, tworzy zbliźnowacenia. Zniszczone komórki wątroby nie radzą sobie z filtrowaniem krwi i organ stopniowo przestaje spełniać swoje zadanie.

## Zioła wspomagające pracę wątroby

Aby odciążać wątrobę i wspomóc jej pracę, warto stosować preparaty ziołowe pod kontrolą lekarza. Zioła mogą zapobiegać uszkodzeniom komórek wątroby, zwalczać wirusy bezpośrednio lub niwelować objawy stanów zapalnych tego narządu. Stosując dary medycyny naturalnej, nie zapomnijmy o poddaniu się szczepieniom, a w przypadku podejrzenia WZW typu C - o wykonywaniu badań. Najgorszy wróg to ten ukryty!

Dagmara Dusińska

## WARTO WIEDZIEĆ

### Szczepienia przeciw WZW

#### WZW typu A są zalecane:

- dla osób wyjeżdżających do krajów o wysokiej i pośredniej zapadalności na WZW typu A, szczególnie do Afryki i Indii, a także do innych państw rozwijających się, o niskim poziomie higieny, np. Egipt, Kazachstan, Birma, Maroko.
- dla zatrudnionych przy produkcji i dystrybucji żywności, usuwaniu odpadów komunalnych i płynnych nieczystości oraz przy konserwacji urządzeń służących ci, którzy prowadzą ryzykowne życie seksualne.

#### WZW typu B są zalecane:

- dla osób, które ze względu na tryb życia lub wykonywaną pracę, mogą być narażone na kontakt z zainfekowaną krwią. Do tej grupy należą nie tylko lekarze czy pielęgniarki, ale również osoby pracujące w studiach tatażu i piercingu, kosmetyczki czy fryzjerzy. Zaszczepić powinni się także ci, którzy prowadzą ryzykowne życie seksualne.
- dla przewlekle chorych
- dla dzieci i młodzieży, a także osób starszych

Koszt szczepionek skojarzonych (typ A i B) od 100 do 175 zł. Za szczepienie przeciw wirusowi typu B zapłacimy od 45 do 80 zł

## Polecamy

### Zioła dobre dla wątroby

- Boldo** – łagodzi bóle w okolicy wątroby, ma działanie przeciwzapalne, żółciopędne
- Kurkuma długa** – roślina o działaniu przeciwwirusowym, żółciopędna, stymuluje układ odpornościowy. Na rynku dostępna między innymi pod postacią preparatu Biosila.
- Lakownica lśniąca** – roślina o działaniu przeciwwirusowym i przeciwbakteryjnym, regeneruje wątrobę, dostępna między innymi pod postacią preparatu Oxycell
- Liściokwiat** – ma działanie przeciwzapalne, moczopędne, przeciwgrzybiczne
- Łopian większy** – wzmacniający, moczopędny, reguluje trawienie, działa przeczyszczająco i napotnie, dostępny między innymi pod postacią preparatu Denoxinal
- Mniszek lekarski** – liście mają działanie moczopędne, odżywcze, tonizujące, korzeń jest żółciopędny
- Ostropest plamisty** – tonizuje, regeneruje i chroni wątrobę, pobudza układ odpornościowy
- Picrorhiza kurroa** – roślina o działaniu przeciwwirusowym i żółciopędnym, reguluje trawienie
- Przewiercień** – ma działanie przeciwgorączkowe, przeciwwirusowe, przeciwzapalne, reguluje funkcje wątroby
- Tarczycza bajkalska** – działa przeciwzapalnie i moczopędnie