

## Informationen über Krankheitserreger beim Menschen – Impfen schützt!

### Was ist Hepatitis B?

Hepatitis B ist eine Entzündung der Leber, die durch Hepatitis-B-Viren verursacht wird. Nach einer Infektion erkranken die meisten Menschen entweder nur leicht oder haben keine Beschwerden. Bei Erwachsenen heilt eine Hepatitis B in der Regel von alleine aus. Sie kann aber auch dauerhaft (chronisch) fortbestehen und langfristig zu einer schweren Schädigung der Leber führen. Hepatitis-B-Viren kommen weltweit mit sehr unterschiedlicher Häufigkeit vor.

### Wie wird Hepatitis B übertragen?

#### *Von Mensch zu Mensch*

Hepatitis-B-Viren können bei infizierten Menschen in hohen Mengen im Blut vorhanden sein. Daher reichen schon kleinste Mengen Blut für eine Übertragung der Viren, wenn diese durch kleine Verletzungen der Haut oder über die Schleimhäute in den Körper gelangen. In geringeren Mengen kommt das Virus auch in anderen Körperflüssigkeiten wie beispielsweise Speichel, Sperma oder Scheidenflüssigkeit vor. Man kann sich auch beim Sex anstecken. Wenn eine Schwangere mit dem Hepatitis-B-Virus infiziert ist, können die Viren während der Geburt auf das Kind übertragen werden. Selten kann die Übertragung auf das Kind bereits während der Schwangerschaft erfolgen.

#### *Über verunreinigte Gegenstände*

Hepatitis-B-Viren können einige Zeit außerhalb des Körpers überleben. Daher kann man sich auch über gemeinsam benutzte Gegenstände anstecken, zum Beispiel über Sexspielzeug, Spritzen, Rasierklingen oder Zahnbürsten.

### Welche Krankheitszeichen haben Erkrankte?

Bei einer Hepatitis-B-Infektion kann es sein, dass man keine Krankheitszeichen bemerkt. Man kann sich aber auch abgeschlagen fühlen und keinen Appetit haben. Kopf und Glieder können schmerzen. Es können Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen auftreten. Darüber hinaus kann man auch leichtes Fieber haben. Es kann vorkommen, dass die Haut und das Weiße der Augen sich gelb verfärben. Man spricht dann von einer Gelbsucht. Durch eine Gelbsucht kann die Haut stark jucken. Der Urin kann sich zudem dunkel verfärben und der Stuhl heller aussehen als normalerweise. Es kommt auch vor, dass man nach einer akuten Infektion schwer krank ist.

Sehr oft heilt eine Hepatitis-B-Infektion ganz von alleine aus. Entwickelt sich jedoch eine langwierige (chronische) Erkrankung, kann die Leber dauerhaft geschädigt werden. Die Schädigung kann nach einigen Jahren zu Folgeerkrankungen wie Leberzirrhose (fortgeschrittenes Vernarben und Schrumpfen der Leber) und Leberzellkrebs führen.

### Wann bricht die Krankheit aus und wie lange ist man ansteckend?

Nach einer Ansteckung mit dem Hepatitis-B-Virus können einige Wochen oder Monate vergehen, ehe man Beschwerden entwickelt. In der beschwerdefreien Zeit nach der Ansteckung kann man besonders leicht andere Menschen anstecken, da kurz vor Ausbruch der Krankheit die Virusmenge im Blut am höchsten ist. Wieviel Zeit bis zum Ausbruch der Krankheit vergeht, kann von Mensch zu Mensch unterschiedlich sein und hängt vorwiegend von der Zahl der übertragenen Viren ab. Wenn die Erkrankung ausgeheilt ist, ist man in der Regel nicht mehr ansteckend und entwickelt eine lebenslange Immunität. Man kann sich dann nicht erneut mit Hepatitis B anstecken. Chronisch infizierte Personen können die Viren viele Jahre unbemerkt in sich tragen und dabei ansteckend sein.

### Wer ist besonders gefährdet?

Besonders gefährdet, sich mit Hepatitis B anzustecken sind unter anderem:

- ▶ Personen, die häufig wechselnde Sex-Partner oder Sex-Partnerinnen haben
- ▶ Personen, die sich Drogen spritzen und dabei auch Spritzen oder Nadeln anderer Personen verwenden
- ▶ Personen, die engen Kontakt zu Menschen mit Hepatitis B haben

Bei Personen mit einer geschwächten Abwehr kann Hepatitis B leichter zu schweren Folgeerkrankungen der Leber führen.

## Was muss ich bei einer Erkrankung beachten?

- ▶ Der Nachweis einer Hepatitis-B-Infektion erfolgt über eine Blutuntersuchung.
- ▶ In der akuten Erkrankungsphase sollten Sie körperliche Anstrengung möglichst vermeiden. Je nach Schwere der Erkrankung ist Bettruhe sinnvoll.
- ▶ In der Anfangsphase der Erkrankung sollten Sie kohlenhydratreiche und fettarme Kost zu sich nehmen.
- ▶ Besonders wichtig ist es, auf Alkohol zu verzichten.
- ▶ Teilen Sie Nagelscheren, Zahnbürsten oder Rasierapparate nicht mit anderen Personen.
- ▶ Benutzen Sie bei einer aktiven Infektion konsequent Kondome beim Sex, falls der Sexpartner bzw. die Sexpartnerin nicht erfolgreich gegen Hepatitis B immunisiert ist. Verwenden Sie auch dann Kondome, wenn Sie nach einer Infektion keine Beschwerden haben.
- ▶ Eine chronische Erkrankung kann man mit Medikamenten gut behandeln, sodass sich gefährliche Folgeschäden meistens verhindern lassen. Die Medikamente können das Fortschreiten der Virusvermehrung und der Krankheit hemmen, aber die Infektion nicht beseitigen und müssen daher in der Regel langfristig eingenommen werden.

Wenn man im Gesundheitswesen arbeitet, muss man auch den Arbeitgebenden oder den zuständigen betriebsärztlichen Dienst über die eigene Erkrankung informieren.

## Wie kann ich mich schützen?

### Impfung

Gegen Hepatitis B stehen Schutzimpfungen zur Verfügung. Die Impfung wird von der Ständigen Impfkommission (STIKO) für Säuglinge und Kleinkinder empfohlen. Die Impfung wird auch für Erwachsene empfohlen, die besonders gefährdet sind. Dazu zählen unter anderem:

- ▶ Personen mit einer Abwehrschwäche
- ▶ Personen, deren Abwehr-System durch Medikamente unterdrückt werden soll (zum Beispiel vor der Übertragung eines Organs)
- ▶ Personen, bei denen ein schwerer Krankheitsverlauf zu erwarten ist (zum Beispiel Personen, die an HIV oder Hepatitis C erkrankt sind)
- ▶ Dialyse-Patientinnen und -Patienten
- ▶ Personen mit erhöhtem Ansteckungsrisiko, zum Beispiel Personal in medizinischen Einrichtungen oder Familienangehörige und Lebenspartner von Personen mit Hepatitis-B-Infektion
- ▶ Personen mit Sexualverhalten mit hohem Infektionsrisiko

### Hygiene

- ▶ Um sich beim Sex vor einer Ansteckung mit Hepatitis B zu schützen, kann man Kondome und sogenannte Dental Dams verwenden. Dental Dams sind sehr dünne (Leck-)Tücher, die beim Oralsex vor Ansteckungen schützen können.
- ▶ Spritzen und andere Materialien für den Drogenkonsum sollte man nicht gemeinsam benutzen.
- ▶ Wenn man in einem Beruf mit erhöhtem Risiko für Ansteckungen arbeitet (zum Beispiel Tätigkeit im Gesundheitswesen, Sexarbeiterinnen und Sexarbeiter, Tätowiererinnen und Tätowierer), gelten besondere Hygieneregeln zum Schutz vor Hepatitis B. Informationen dazu erhält man vom Arbeitgebenden oder vom zuständigen Gesundheitsamt.

### Vorbeugende Maßnahmen nach Kontakt oder Verletzungen

Wenn der Verdacht besteht, dass man sich angesteckt haben könnte, sollten so schnell wie möglich vorbeugende Maßnahmen durch eine Ärztin oder einen Arzt getroffen werden. Die Maßnahmen richten sich unter anderem nach dem Impfschutz des Betroffenen.

# HEPATITIS B

## Wo kann ich mich informieren?

Das örtliche Gesundheitsamt steht Ihnen für weitere Beratung zur Verfügung. Da Hepatitis B gemeldet werden muss, liegen dort Informationen zur aktuellen Situation und große Erfahrung im Umgang mit der Krankheit vor.

Beratungsangebote sowie weitere Informationen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) erhalten Sie telefonisch unter Tel. 0221 – 89 20 31 oder im Internet unter [www.liebesleben.de](http://www.liebesleben.de). Die ausführliche Impfempfehlung für Kinder und Jugendliche finden Sie im aktuellen Impfkalender der STIKO und unter [www.impfen-info.de/impfempfehlungen](http://www.impfen-info.de/impfempfehlungen).

Antworten zu häufig gestellten Fragen rund um die Impfung gegen Hepatitis B finden Sie in den FAQ des Robert Koch-Institutes ([www.rki.de/hbv](http://www.rki.de/hbv)).



STEMPEL

**Herausgeberin:** Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln.  
Alle Rechte vorbehalten.

Erstellt in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. und in Abstimmung mit dem Robert Koch-Institut.

Diese Bürgerinformation wird auf der Homepage [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de) kostenlos zum Download angeboten.