Hepatitis: Penyebab, Gejala, dan Pencegahannya



Hepatitis adalah peradangan hati yang dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti infeksi virus, mengkonsumsi alkohol secara berlebihan, penggunaan obat tertentu, hingga gangguan autoimun. Penyakit ini dapat berkembang dalam dua bentuk, yaitu akut (kurang dari 6 bulan) dan kronis (lebih dari 6 bulan), dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Pada jenis tertentu, virus dapat tetap berada di hati meskipun penyakit tampak sembuh.

Penyebab Hepatitis

Berikut adalah penjelasan lebih detail mengenai masing-masing hepatitis:

1. Hepatitis A

Infeksi virus hepatitis A (HAV) biasanya terjadi karena melakukan kontak yang erat dengan penderita, melakukan hubungan seksual tanpa pengaman dengan orang yang terinfeksi, dan mengkonsumsi makanan atau minuman yang terkontaminasi. Penyakit ini biasanya bersifat sementara dan jarang menyebabkan komplikasi serius. Kebanyakan orang-orang yang terinfeksi virus hepatitis A adalah:

- Tunawisma.
- Pelancong internasional.
- Pria yang berhubungan seksual dengan pria.
- Pengguna obat-obatan terlarang.

Hepatitis A biasanya bersifat sementara dan jarang menyebabkan komplikasi serius.

2. Hepatitis B

Hepatitis B disebabkan oleh infeksi virus hepatitis B (HBV) yang dapat menular melalui:

- Transfusi darah, menggunakan jarum suntik yang tercemar, atau menggunakan alat-alat seperti pisau cukur yang sama dengan penderita
- Melakukan hubungan seksual tanpa pengaman dengan orang yang terinfeksi
- Penularan dari ibu ke bayi saat kehamilan (penularan vertikal).

Risiko penularan virus hepatitis juga sangat bervariasi berdasarkan usia. Semakin muda usia seseorang saat terinfeksi, maka semakin besar peluang untuk untuk terinfeksi hepatitis kronis. Infeksi hepatitis kronis bisa memicu risiko penyakit serius lainnya seperti sirosis atau kanker hati.

3. Hepatitis C
Hepatitis C disebabkan oleh infeksi virus hepatitis C (HCV). Mirip dengan penularan pada virus hepatitis B, virus hepatitis C dapat ditularkan melalui hubungan seksual tanpa alat pengaman dan juga penggunaan jarum suntik yang tidak steril. Virus hepatitis C juga dapat ditularkan ibu hamil kepada janinnya.

4. Hepatitis D
Hepatitis D adalah peradangan hati yang disebabkan oleh infeksi virus hepatitis D (HDV). Infeksi ini biasanya jarang terjadi, namun sekalinya terjadi dapat mengakibatkan komplikasi yang serius. Infeksi virus hepatitis D biasanya ditemukan bersama dengan infeksi virus hepatitis B. Oleh karena itu, penularan hepatitis D juga sama dengan penularan hepatitis B. Selain itu, penularan virus ini juga dapat terjadi karena penggunaan jarum suntik yang kurang steril dan transfusi darah.

5. Hepatitis E
Hepatitis E disebabkan oleh infeksi virus hepatitis E (HEV). Infeksi virus hepatitis E biasanya banyak terjadi di daerah yang memiliki sistem sanitasi yang buruk. Selain itu, virus hepatitis E juga dapat ditularkan melalui penggunaan air dan juga alat makan yang sudah terkontaminasi virus hepatitis E. Gejala infeksi virus hepatitis E sama seperti gejala hepatitis A. Virus ini terdapat pada feses pasien yang menderita hepatitis E dan ditularkan melalui makanan atau minuman yang terkontaminasi virus tersebut.

Faktor Risiko Hepatitis

Terdapat berbagai faktor yang dapat meningkatkan risiko penularan hepatitis, yaitu:

- Tidak mencuci tangan setelah menggunakan toilet atau sebelum makan.
- Mengonsumsi makanan yang kurang matang atau terkontaminasi.
- Berbagi barang pribadi seperti pisau cukur.
- Berhubungan seksual tanpa pengaman, terutama dengan penderita hepatitis.
- Menggunakan narkoba dengan jarum suntik tidak steril.
- Bekerja di bidang kesehatan atau pengolahan limbah.
- Memiliki riwayat transfusi darah tanpa pemeriksaan ketat.
- Mengonsumsi alkohol atau obat tertentu tanpa pengawasan medis.

Gejala Hepatitis

Gejala hepatitis dapat bervariasi tergantung pada penyebab dan tingkat keparahannya. Beberapa penderita mungkin tidak menunjukkan gejala, tetapi yang umum meliputi:

- Kelelahan ekstrem.
- Nyeri otot dan sendi.
- Demam ringan.

- Hilangnya nafsu makan.
- Mual dan muntah.
- Nyeri di bagian kanan atas perut.
- Urine berwarna gelap.
- Feses berwarna pucat.
- Kulit dan mata menguning *(jaundice).*

Pencegahan Hepatitis

Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah hepatitis antara lain:

- **Melakukan vaksinasi** untuk mencegah hepatitis A dan B
- Menjaga kebersihan dengan mencuci tangan sebelum makan dan memastikan makanan yang dikonsumsi bersih
- Melakukan hubungan seksual yang aman dengan menggunakan pengaman dan menghindari bergonta-ganti pasangan untuk mengurangi risiko hepatitis B dan C.
- Menghindari berbagi jarum suntik
- Membatasi konsumsi alkohol dan menghindari minum alkohol berlebihan untuk menjaga kesehatan hati dan mencegah kerusakan lebih lanjut.

Pengobatan Hepatitis

Penanganan hepatitis disesuaikan dengan penyebabnya:

- Hepatitis A dan E
  Infeksi ini umumnya sembuh dengan sendirinya. Pengobatan difokuskan pada pereda gejala dan pemulihan tubuh.
- Hepatitis B dan C
  Obat antivirus sering digunakan untuk mengendalikan virus, mengurangi peradangan, serta mencegah kerusakan hati lebih lanjut.

Jika Anda mengalami gejala yang mengarah pada hepatitis, segera konsultasikan dengan dokter untuk mendapatkan penanganan yang tepat, karena deteksi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi serius. Jangan lupa untuk melakukan vaksinasi sesuai dengan juga jadwal yang sudah dianjurkan oleh dokter. Mari menjaga hati demi diri sendiri dan juga orang-orang yang dicintai!

Referensi

Hepatitis. (n.d.). NHS. Retrieved January 15, 2025, from https://www.nhs.uk/conditions/hepatitis/

Hepatitis. (n.d.). World Health Organization (WHO). Retrieved January 15, 2025, from https://www.who.int/health-topics/hepatitis#tab=

Hepatitis: Jenis, Penyebab, Gejala, dan Pengobatan. (2022, December 28). Kementrian Kesehatan. Retrieved January 15, 2025, from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1993/hepatitis-jenis-penyebab-

Hepatitis – NFID. (n.d.). National Foundation for Infectious Diseases. Retrieved January 15, 2025, from https://www.nfid.org/infectious-disease/hepatitis/