

## Профилактика вирусных гепатитов.

памятка для населения

**Гепатит** — это воспаление печени. Одно из лидирующих положений занимают болезни, объединенные в группу вирусных гепатитов. Существует 5 основных вирусов гепатита, называемых типами А, В, С, D и Е, но его причиной могут также быть другие инфекции, токсичные вещества (например, алкоголь и некоторые наркотики). Перенесённое заболевание одним из вирусных гепатитов не исключает возможности заражения любым другим.

**Вирус гепатита А и вирус гепатита Е** имеют сходство и чаще всего передаются при потреблении загрязненных пищевых продуктов или инфицированной воды. У детей это случается при попадании в рот игрушек и других предметов, а также грязных рук. Острая инфекция протекает с такими симптомами, как:

- ✚ желтуха (пожелтение кожи и глаз);
- ✚ потемнение мочи;
- ✚ утомляемость;
- ✚ тошнота, рвота;
- ✚ обесцвечивание кала;
- ✚ боли в области живота.

Чаще инфекция протекает в легкой форме, большинство людей полностью выздоравливает и у них остается стойкий иммунитет.

**Вирус гепатита В** передается от человека к человеку при непосредственном контакте с кровью инфицированного и ее производными. Вероятность инфицирования существует:

- ✚ при использовании для инъекций и татуажа нестерильных игл;
- ✚ через нестерильные медицинские, стоматологические и косметологические инструменты;
- ✚ при половых контактах и бытовым путем при совместном использовании предметов личной гигиены (зубных щеток, бритв и т.д.).

Большинство людей не знают о том, что они инфицированы: в 80% случаев болезнь развивается бессимптомно, незаметно для человека и переходит в хроническую стадию, которая заканчивается циррозом или раком печени. Дети, рожденные от инфицированных матерей, также могут быть инфицированы вирусом гепатита В.

**Заражение вирусом гепатита С** приводит к развитию инфекции с острым течением. У больного гепатитом С болезнь протекает значительно легче, чем у больных гепатитом В. Тем не менее у 60-70% переболевших острым гепатитом С развивается хронический гепатит. Продолжительность этого периода может быть очень длительной до 20 лет, в течение которого человек чаще не чувствует себя больным. Вирус гепатита С также передается при контакте с инфицированной кровью. Это может происходить:

- ✚ при переливании крови и продуктов крови, зараженных вирусом и при употреблении инъекционных наркотиков;
- ✚ возможен также и сексуальный путь передачи инфекции, но это происходит гораздо реже.

Вакцины против гепатита С нет.

**Вирус гепатита D** может инфицировать только тех людей, кто инфицирован гепатитом В. Двойная инфекция может приводить к развитию более серьезной болезни и худшему результату. Источником заражения являются люди больные острой или хронической формой гепатита D. Также распространять инфекцию могут носители, у которых нет симптомов болезни.

Заразиться отдельно гепатитом D невозможно. Он не сможет размножиться. Но если возбудитель попал в организм одновременно с вирусом гепатита В, то развивается более тяжелая форма болезни. Повышается риск того, что возникнет печеночная недостаточность. Люди больные хроническим гепатитом В восприимчивы к вирусу

гепатита D. Они заражаются, как только в организм попадает возбудитель гепатита D. В этом случае вирус хуже поддается лечению и чаще переходит в хроническую форму.

**Острое заболевание характеризуется:**

- ✚ появлением слабости, снижением аппетита, тошнотой, частой рвотой;
- ✚ могут беспокоить боли в правом подреберье. Иногда отмечаются боли в крупных суставах по ночам и в утренние часы, появляются зуд, моча приобретает темный цвет, кал обесцвечивается;
- ✚ заболевание чаще сопровождается развитием желтухи. Первоначально желтушное окрашивание приобретают склеры, слизистая оболочка твердого неба и уздечка языка, позднее окрашивается кожа.

Выявлено, что острое заболевание может протекать с ограниченными симптомами или бессимптомно. После того, как вирус попадает в организм, он начинает там размножаться. Симптомы гепатита D проявляются не сразу. До первых признаков болезни проходит от трех недель до трех месяцев, а иногда до полугода. Длительность инкубационного периода зависит от иммунитета человека. Острый гепатит D может закончиться или выздоровлением, или переходом в хронический гепатит. Хроническая форма не имеет признаков, строго характерных только для этого заболевания. Но почти у всех больных отмечается кровоточивость дёсен, носовые кровотечения, появление синяков при незначительных ушибах. Вирус гепатита D попадает в организм человека

- при переливании крови;
- при использовании шприцов несколькими людьми. Таким путем часто передается гепатит D у наркоманов;
- при проведении различных манипуляций, которые сопровождаются повреждением кожи: иглоукалывании, пирсинге, нанесении татуировок, в маникюрном салоне или в кабинете стоматолога; при совместном использовании предметов личной гигиены. Маникюрные ножницы, пинцеты для бровей, бритвы и зубные щетки тоже могут переносить вирус. Таким путем могут заражаться члены семьи, где живет больной человек;
- при половом контакте. Сексуальный контакт без презерватива – основной путь заражения среди молодежи. Вирус содержится не только в крови, но и в сперме и других биологических жидкостях. Когда они попадают на слизистую оболочку половых органов здорового человека – происходит заражение;
- при родах. Вирус гепатита D передается от матери к ребенку во время родов. Также малыш может заразиться при кормлении. В грудном молоке возбудителя нет, но если на сосках матери появляются трещины, то заражение произойдет с кровью;
- при попадании крови больного человека на поврежденную кожу здорового. Это может случиться во время обработки раны или при работе с кровью, если на коже есть повреждения.

А вот через пищу, воду, посуду, поцелуи и объятия болезнь не передается. Нельзя заразиться через кашель или чихание. Поэтому в коллективе такой человек не опасен.

Безопасные и эффективные вакцины против гепатита B обеспечивают защиту от инфицирования гепатитом D.

**Для профилактики заражения** гепатитом A сегодня созданы достаточно эффективные вакцины, защищающие как детей, так и взрослых. Длительность защиты с помощью вакцинации не менее 6-10 лет.

Для профилактики заражения гепатитом B существует специально разработанная вакцина. С 2002 года в России введена обязательная вакцинация новорожденных детей и людей из основных групп риска.

Благодаря скринингу крови, используемой для переливания, можно предотвращать передачу вирусного гепатита B и вирусного гепатита C.

Стерильное инъекционное оборудование обеспечивает защиту от передачи вирусного гепатита B и вирусного гепатита C.

Безопасная практика сексуальных отношений, включая сведение к минимуму числа партнеров и использование барьерных мер защиты, защищает от передачи вирусного гепатита В и вирусного гепатита С.

Безопасные пищевые продукты и вода обеспечивают наилучшую защиту от вирусного гепатита А и вирусного гепатита Е.

Выделить каждому члену семьи для использования дома и на работе личные предметы гигиены, постельное и нательное белье, носовые платки.

Если в семье есть больной или носитель вирусных гепатитов следует проводить текущую уборку помещений в резиновых перчатках, хранить отдельно предметы его гигиены и подвергать их обеззараживанию, протирать поверхность мебели, дверные ручки, краны умывальников, спусковые краны унитазов и пол мыльно-содовым раствором, раствором хлорамина или другого дезинфицирующего средства. Сделайте прививку для профилактики гепатитов А, В, D.

**Важно помнить, что гепатит легче предупредить, чем вылечить!**