

# Профилактика вирусного гепатита

(памятка для населения)

**Гепатит А** - это острое инфекционное заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита А. Ежегодно в мире вирусом инфицируются около десяти миллионов человек. В России наиболее распространены гепатиты А, В, С, Д. Риску заражения наиболее подвержены дети и подростки в организованных коллективах, работники закрытых учреждений. Инкубационный период длится от 15 до 50 дней. Передача вируса осуществляется алиментарным путем - через зараженную пищу и воду, игрушки, грязные руки. Вирус устойчив во внешней среде, к температуре до 60°C, месяцами сохраняется в пресной и соленой воде. Гепатит А характеризуется воспалительными и некротическими изменениями в ткани печени и синдромом интоксикации, увеличением печени и селезёнки, клинико-лабораторными признаками нарушений функции печени, в ряде случаев желтухой с потемнением мочи и обесцвечиванием кала. Клинически это проявляется в виде следующих симптомов: ощущение слабости и недомогания, потеря аппетита, тошнота и рвота, боли в мышцах. Проникнув в организм человека, вирус гепатита А интенсивно размножается в печени, оттуда через желчные протоки попадает в кишечник, и далее во внешнюю среду. Рассеиванию вируса способствует неудовлетворительное санитарное состояние жилища и места работы, несоблюдение правил личной гигиены, скученность населения, нарушение правил приготовления и хранения пищи, использование недоброкачественной питьевой воды. Гепатит опасен развитием цирроза печени.

**Гепатит В** - инфекция, вызываемая вирусом гепатита В, прежние название заболевания сывороточный гепатит. Заражение происходит при проведении медицинских процедур с нарушением кожных покровов, через слизистые оболочки при половых контактах, в результате бытового контакта (через щетки, мочалки, бритвенные принадлежности; через ссадины, микротравмы), от матери к ребенку (во время и после родов, во время ухода за ребенком и при кормлении грудью). Гепатитом болеют только люди. При попадании вируса в организм развивается инфекция с острым или хроническим течением. Источником инфекции может быть человек-вирусоноситель. Острый гепатит протекает в желтушной, безжелтушной или стертой форме. Инкубационный период (от момента заражения до проявления болезни) составляет от 30 дней до 6 месяцев (наиболее часто 60 - 120 дней). Для **гепатита В** характерно вирусоносительство, которое может развиваться как после острого заболевания, так и после бессимптомного инфицирования, когда человек даже не подозревает, что в его организме находится возбудитель гепатита В.

**Гепатит С** вызывается вирусом гепатита С. Источником инфекции являются больные всеми формами острого гепатита С и вирусоносители. Заболевание передается через поврежденную кожу и слизистые. Заражение вирусом гепатита С приводит к развитию инфекции с острым течением. В России наиболее часто острым гепатитом С болеют лица в возрасте 15-29 лет.

На один случай заболевания желтухой приходится 5-6 случаев безжелтушного гепатита. Инкубационный период составляет 7 недель с диапазоном от 1 до 30 недель. Отличительной особенностью заболевания является развитие хронического гепатита у 60-70% лиц, переболевших острым гепатитом. Однако вакцина против гепатита С пока не создана.

**Гепатит Б** — это Дельта-инфекция, вызываемая вирусом гепатита Б. Заражение гепатитом О наступает только при попадании вируса непосредственно в кровь. Инкубационный период длится от 3 до 7 недель. Клинические проявления болезни: повышенная утомляемость, снижение аппетита, тошнота, умеренное повышение температуры. Особенностью заболевания является кровоточивость десен, носовые кровотечения, появление синяков при незначительных ушибах. Пути передачи инфекции: половой, от матери, инфицированной дельта-вирусом к новорожденному, имеются и семейные очаги инфекции при тесных бытовых контактах, а также искусственный путь передачи во время медицинских и немедицинских манипуляций (при нарушении целостности кожных покровов необеззараженным инструментарием).

**Алкогольный гепатит** — развивается без заражения вирусом. Болезнь может протекать в острой форме. Длительный прием алкоголя способен привести к развитию хронического гепатита с постепенным формированием цирроза печени.

#### **Как защитить себя от гепатита и сохранить свое здоровье?**

- **Вести здоровый образ жизни.**
- ***Соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед едой, перед приготовлением пищи, после посещения туалета и общественных мест.***
- ***Соблюдать санитарно - эпидемиологические требования приготовления пищи и хранения продуктов.***
- ***Перед употреблением тщательно мыть овощи и фрукты под струей проточной воды, затем кипяченой водой;***
- ***Соблюдать гигиену жилища: регулярно проветривать помещения и проводить их влажную уборку.***
- ***Бороться с мухами- переносчиками кишечных инфекций.***

**Помните! Правила профилактики должны стать нормой поведения!**

**Наиболее действенным способом борьбы с вирусным гепатитом А является вакцинопрофилактика!**