

# Памятка по профилактике вирусного гепатита «А»



**Вирусный гепатит «А»** - острое инфекционное заболевание.

Гепатит «А», как и кишечные инфекции, называют болезнью немытых рук. Заболевание широко распространено в странах с низким уровнем гигиенической культуры.

Гепатитом «А» болеют люди всех возрастов, но чаще – дети, подростки.

**Инкубационный период - от 7 до 50 дней.**

Источником инфекции является человек с любыми проявлениями болезни (желтушная, безжелтушная, бессимптомная). Больной человек опасен для окружающих со второй половины инкубационного периода, особенно в первую неделю болезни. Механизм передачи – фекально-оральный (вирус выделяется с фекалиями).

## **Как можно заразиться вирусным гепатитом «А»**

Вirus может попасть в организм следующими путями:

- с водой - заражение возможно при употреблении инфицированной питьевой воды и купании в зараженной воде;
- с пищей - в результате употребления в пищу салатов, зелени, фруктов и др.;
- при тесном контакте с больными людьми, через инфицированную посуду, игрушки, предметы обихода.

Передаче вируса может способствовать тесный контакт с источником, особенно в условиях крайне низкого уровня личной гигиены. Например, при уходе за больным.

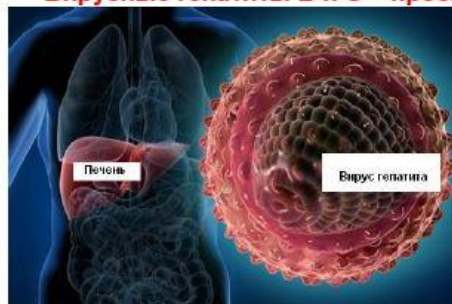
**Признаки заболевания** С момента заражения до начала болезни проходит от 7 до 50 дней, чаще 1,5-2 недели (классический период = 35 дней). У больного ухудшается аппетит, появляются боли в правом подреберье, тошнота, нередко — рвота, обесцвечивается стул, темнеет моча, появляется желтушность кожи и слизистых, увеличивается печень. В ряде случаев начало болезни напоминает грипп: повышается температура, появляется насморк, кашель, ломота во всем теле. В этот период больной очень опасен для окружающих, так как вирус особенно интенсивно выделяется из организма. Заболевание может протекать и без проявления желтухи, в стертой, скрытой форме. Безжелтушные формы гепатита «А» встречаются достаточно часто — до 70% случаев. При появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи, необходимо обратиться к врачу. Присутствие в группе детского дошкольного учреждения или классе школы больного ребенка создает опасность заражения всего детского коллектива. Самолечение, учитывая опасность заболевания, недопустимо!

## **Профилактика вирусного гепатита «А»:**

- соблюдайте правила личной гигиены - тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета; не употребляйте воду из случайных водосточников и «из-под крана», пейте воду только кипяченой. Помните, что вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут.
- тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды перед употреблением. Не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
- в домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;
- для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и разделочными досками;
- тщательно прожаривайте или проваривайте продукты;
- скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре +2 +6°C.



## Вирусные гепатиты В и С – проблема современного мира.



✓ Преимущественно заболевают лица молодого **возраста** – 20-40 лет.

✓ В случае инфицирования беременной женщины существует **риск передачи инфекции** будущему **ребёнку**. Для гепатита С этот риск составляет 5%, для гепатита В – от 6 до 60%.

✓ Из 100 заболевших гепатитом С у 70-90 человек развивается хроническая форма инфекции. Если заражение происходит в раннем детском возрасте, то хронизация наступает в 90% случаев.

✓ Спустя 20-30 лет от момента инфицирования, у 20-30% лиц с хроническим гепатитом могут развиваться цирроз или рак печени.

✓ У 2% заболевших происходит одновременное инфицирование двумя вирусами, что приводит к более тяжёлому поражению печени.

### Основные пути инфицирования:

- случайные половые связи;
- внутрисемейное половое и контактно-бытовое инфицирование, в т.ч. при совместном использовании общих с больным полотенец, бритвенных и маникюрных принадлежностей и др. предметов личной гигиены;



- потребление инъекционных наркотиков;
- проведение татуировок, пирсинга (чаще всего в неприспособленных местах – у знакомых, частных лиц на дому);
- медицинские манипуляции в случае нарушения режима стерилизации оборудования.

✓ **Источником возбудителя инфекции вирусного гепатита В или С является человек – больной гепатитом или бессимптомный носитель вируса.**

✓ Вирус содержится **во всех биологических жидкостях** больного человека: наибольшее количество – в крови, сперме, вагинальном секрете (для заражения здорового человека достаточно мельчайшей капли крови больного – 0,0005 мл. – порой даже невидимой невооруженным глазом); в меньших концентрациях – в слюне, моче, грудном молоке, поте.



✓ Устойчивость вирусов в окружающей среде чрезвычайно высокая – при комнатной температуре на предметах и поверхностях внешней среды **вирусы сохраняются до 3 месяцев**.

✓ Вирусы проникают в организм человека через нарушения и повреждения целостности кожных и слизистых покровов (травмы, трещины, порезы, ссадины).

### Лечение гепатитов В и С Меры профилактики и защиты

**Лечение гепатитов В и С длительное и дорогостоящее.** Основная цель лечения – добиться удаления из организма вируса. Однако не всегда удаётся достигнуть полного клинического излечения. Успех в лечении, в первую очередь, зависит от соблюдения больным рекомендаций и назначений лечащего врача.

✓ Наиболее **надёжным специфическим профилактическим средством** против гепатита В является вакцинация против гепатита В.

✓ Применяемая вакцина характеризуется **высокой эффективностью**: не менее 98% привитых вырабатывают иммунитет к вирусу длительностью 15 лет и более; вакцина характеризуется **хорошей переносимостью**.

✓ Вакцинация также **защищает** больных гепатитом С **от дополнительного инфицирования вирусом гепатита В**, оказывает **лечебный эффект** (способствует активации иммунитета, препятствует образованию новых вирусных частиц и разрастанию рубцовой ткани в печени), оказывает **противораковое действие**.

✓ **Вакцинация и клинико-лабораторное обследование** лиц из групп повышенного риска инфицирования (контактным с больными гепатитами, больным гепатитом С, пациентам отделений гемодиализа, онкогематологическим больным, лицам, имеющим случайные половые связи, употребляющим внутривенно наркотические вещества и др.) **проводится бесплатно** в поликлиниках по месту жительства или диспансерах по месту наблюдения.