

Профилактика вирусных гепатитов

Что такое гепатит?

Гепатит — это воспаление печени, вызываемое, в большинстве случаев, вирусной инфекцией.

Существует пять основных вирусов гепатита, называемых типами **А, В, С, D и Е**.

Чем опасен гепатит?

Наиболее опасны гепатиты **В, С и D**, так как они могут привести к стойким нарушениям функций печени – хроническому гепатиту, циррозу, раку печени.

Как можно заразиться вирусом гепатита?

Гепатит А и Е:

Основным источником инфекции являются больные люди с безжелтушной формой болезни, вирус может попасть в организм:

- с загрязненными продуктами питания;
- с водой;
- с предметами обихода.

Вирусный гепатит **А** и **Е** обычно передается от человека человеку в случае, когда неинфицированный человек потребляет пищевые продукты или напитки, загрязненные частицами фекалий инфицированного человека.

Вирусный гепатит **А** может передаваться через кровь, но это происходит гораздо реже.

Вспышки болезни, передающейся через воду, происходят нечасто и обычно связаны с загрязнением воды сточными водами или с ненадлежащей обработкой воды.

Гепатиты **В, С и D** обычно развиваются в результате контактов с инфицированными жидкостями организма человека:

- с кровью
- через семенную жидкость;

➤ вагинальный секрет.

Инфекционность вируса гепатита В в 50-100 раз выше вируса иммунодефицита человека (ВИЧ). В отличие от ВИЧ, вирус гепатита В может жить вне организма, по меньшей мере, 7 дней. В течение этого времени вирус все еще может инфицировать человека при попадании в организм.

Вирусные гепатиты **В, С и D** не передаются через продукты питания; контактно-бытовым путем.

Какие основные симптомы вирусного гепатита?

Общее недомогание, повышение температуры, боли в мышцах, рвота, диарея, тупые боли в правом подреберье, увеличение печени, темная окраска мочи. Может быть желтушная окраска кожи и слизистых оболочек.

Как себя защитить?

1) Сделать прививку (против гепатита А, В).

Вакцинация является основой профилактики гепатита В. В соответствии с Национальным календарем профилактических прививок все дети с рождения и до 18 лет, а также взрослые от 18 до 55 лет, бесплатно могут сделать прививку против гепатита В. Вакцина отличается высокой степенью безопасности и эффективности.

2) Соблюдать правила личной гигиены:

- мыть руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета;
- пить только кипяченую или бутилированную воду;
- есть только мытые овощи и фрукты.

3) Безопасное общение при сексуальном контакте (использование презервативов).

4) Индивидуальные средства личной гигиены (зубные щетки, бритвы, инструменты для маникюра, педикюра).