

# Профилактика вирусных гепатитов

## Что такое гепатит?

Гепатит — это воспаление печени, вызываемое, в большинстве случаев, вирусной инфекцией. Существует пять основных вирусов гепатита, называемых типами **A, B, C, D и E**.

## Чем опасен гепатит?

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

## Как можно заразиться вирусом гепатита?

### Гепатит A и E:

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 **A** и **E** обычно передается от человека человеку в случае, когда неинфицированный человек потребляет пищевые продукты или напитки, загрязненные частицами фекалий инфицированного человека.

Вирусный гепатит **A** 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 **B, C 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).

## **Всемирный день борьбы с гепатитом**

Ежегодно 28 июля по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) отмечается Всемирный день борьбы с гепатитом<sup>[1]</sup>.

В это день ВОЗ и ее партнеры обращаются с призывом к работникам здравоохранения и общественности действовать без промедления для предупреждения случаев инфицирования и смерти от гепатита.

Вирусный гепатит — группа инфекционных болезней, известных как гепатит А, В, С, D и E — поражает сотни миллионов людей во всем мире, вызывая острую и хроническую болезнь печени и ежегодно унося жизни почти 1,5 миллионов людей. Большая часть этих случаев связана с гепатитом В и С. Эти заболевания могут быть предупреждены, однако большинство людей не знают, как нужно действовать.

В мае 2014 года делегаты Всемирной ассамблеи здравоохранения, представляющие правительства 194 стран, приняли резолюцию, направленную на усиление мер профилактики, диагностики и лечения вирусного гепатита во всем мире.

Во Всемирный день борьбы с гепатитом во всем мире будут проводиться мероприятия, целью которых является предупреждение гепатита В и гепатита С.

*В Иркутской области за 2014г. зарегистрировано 302 случая острых вирусных гепатитов (за 6 месяцев 2015г. – 132 случая) и 967 случаев хронических вирусных гепатитов (за 6 месяцев 2015г. – 594 случая). В том числе в 2014 году диагноз хронического вирусного гепатита В зарегистрирован у 174 человек, хронического вирусного гепатита С – у 761 человека (за 6 месяцев 2015 года – 99 и 476 соответственно).*

<sup>[1]</sup> Дата 28 июля была выбрана для Всемирного дня борьбы с гепатитом в честь родившегося в этот день лауреата Нобелевской премии профессора Баруха Самюэля Блумберга (Baruch Samuel Blumberg), открывшего вирус гепатита В и разработавшего первую вакцину против гепатита В.