



28 июля - Всемирный день борьбы с гепатитами

Профилактика вирусных гепатитов

Вирусный гепатит – это инфекционное воспаление печени, вызванное вирусами типа А, В, С, D и другими. Они могут протекать остро, хронически и субклинически, но всегда несут угрозу для жизни.

В отличие от лекарственных, аутоиммунных и прочих незаразных гепатитов, вирусные проявляются не только желтухой, увеличением печени в объемах и ее болезненностью, но и головной болью, высокой температурой, тошнотой и рвотой. Необходимо знать, что от некоторых вирусов, к примеру С, избавиться практически невозможно, а все меры лечения сводятся к снятию симптомов и затормаживанию репродукции вируса.

Вирусы гепатитов передаются преимущественно с биологическими жидкостями человека, но имеют высокую устойчивость во внешней среде – способны сохраняться в воде и на иглах до двух-трех недель. Чтобы избежать заражения гепатитами необходимо полностью оборвать цепи возможного заражения, так как даже самый стойкий иммунитет не способен предотвратить развитие клинической картины.

Профилактика гепатита А

Гепатит А (ранее называли болезнь Боткина) передается преимущественно фекально-оральным путем – через воду, продукты питания, общие предметы пользования. Наиболее эффективными мерами профилактики заражения будут:

- Соблюдение правил личной гигиены, мытье рук перед едой и после каждого похода в туалет;
- Поддержание чистоты в доме;
- Употребление только чистой воды. Зачастую заражение гепатитом А происходит вследствие питья из неизвестных источников;
- Категорически запрещается использовать в качестве удобрения в почву некомпостированный навоз и помет;
- Овощи и фрукты следует тщательно мыть перед употреблением;

В целом, гепатитом А очень легко заразиться в бытовых условиях. Поэтому, если среди ваших знакомых появился человек с таким диагнозом, то лучше полностью исключить контакты до его выздоровления.

Профилактика парентеральных вирусных (ПВГ) В, С и D

Наиболее опасными среди всех инфекционных гепатитов являются именно те, которые вызваны вирусами типа В и С. Они имеют не только сходную клиническую картину и потребность в интенсивном курсе лечения,

но и общие пути заражения. Наиболее часто заражение происходит при использовании нестерильных медицинских инструментов, переливании крови, половым путем и от матери к плоду, намного реже гепатиты В и С передаются при совместном использовании предметов гигиены – зубных щеток, полотенец, салфеток.

Вирус гепатита D является своеобразным вирусом-паразитом, который не способен размножаться без вируса типа В. Поэтому меры профилактики будут аналогичными предосторожностям против гепатита В.

Профилактика вирусных гепатитов заключается в исключении провоцирующих факторов и вакцинации.

Советы по профилактике парентеральных вирусных гепатитов:

- здоровый образ жизни, отказ от вредных привычек;
- исключение внутривенного введения наркотиков;
- исключение случайных половых контактов, риск инфицирования при незащищенном половом контакте для гепатита С может достигать 10%, для гепатита В до 40%;
- исключение косметических и косметологических процедур вне специализированных салонов (маникюр, педикюр, татуировки, пирсинг, прокол);
- соблюдение правил гигиены и индивидуальность использования предметов личной гигиены (маникюрные, бритвенные и прочие принадлежности), применение эффективных средств для их дезинфекции по вирулицидному режиму;
- наиболее надёжным специфическим профилактическим средством против гепатита В является вакцинация. Вакцинация осуществляется в амбулаторно-поликлинических организациях по месту проживания населения;
- лицам, контактирующим с инфицированным ПВГ человеком, необходимо периодически (но не реже 1 раза в год) проходить обследование на маркеры ПВГ, вакцинироваться против вирусного гепатита В;
- лицам, инфицированным ПВГ, следует ежегодно проходить диспансеризацию в ОЗ по месту проживания. Пациентам, инфицированным гепатитом С, следует пройти вакцинацию против вирусного гепатита В.

Выполняя рекомендации медицинских работников, думая о своем здоровье и здоровье близких - мы сохраняем здоровье общества.