

## Вирусный гепатит А и его профилактика

**Вирусный гепатит А** (его еще иногда называют желтухой) – это острое инфекционное заболевание, при котором поражается печень. Наиболее ярким признаком заболевания является желтуха, однако, в желтушной форме гепатит А переносят лишь около 20-30% заразившихся. Хронических форм гепатита А не существует.

Вирусный гепатит А – болезнь, которая может нанести большой вред здоровью. Заболевание вызывают мельчайшие микроорганизмы – вирусы, очень устойчивые во внешней среде, их не убивает ни высушивание, ни замораживание. Даже в таком виде они сохраняют свою жизнеспособность и активность в течение нескольких месяцев. Вирусным гепатитом болеют только люди. **За неделю до появления первых симптомов** заболевания больной становится опасным для окружающих.

Заражение вирусом гепатита А происходит так же, как возбудителями острых кишечных инфекций: через грязные руки, загрязненные вирусами овощи, фрукты и воду.

При несоблюдении правил личной гигиены заразиться гепатитом А можно в любое время года, тем не менее вероятность заражения многократно возрастает в летне-осенний период, когда активизируется отдых в природных условиях, на дачах, где качество питьевой воды не всегда соответствующее, а порой бывает и дефицит воды.

Общаться с больным гепатитом - еще не значит заразиться. Большое значение имеет индивидуальная восприимчивость организма. Попав в организм вирус гепатита может и не вызвать заболевания. Однако такой человек – здоровый вирусоноситель – иногда становится источником инфекции для окружающих.

У детей и взрослых гепатит протекает одинаково. Скрытый инкубационный период длится с момента заражения до появления первых признаков заболевания. Он продолжается от 7 до 35 дней. Затем развиваются первые признаки болезни – начинается преджелтушный период, длящийся от 5 до 12 дней. Начало заболевания напоминает симптомы гриппа или острой кишечной инфекции: повышение температуры тела, слабость, недомогание, головная боль, боли в мышцах, снижение аппетита, тошнота, рвота, жидкий стул, боли в правом подреберье или в области желудка. Вслед за этими симптомами на 3-5 день болезни появляется желтушность кожи и склер глаз, с поражением печени, что продолжается от трех до пяти недель. Иногда гепатит может протекать без желтухи, в скрытой форме. Распознают его лишь при специальном клинико-лабораторном обследовании. Обращаться к врачу необходимо при первых признаках болезни, не дожидаясь появления желтухи.

Больные, вовремя начавшие лечение, выздоравливают, как правило, быстрее и у них не наблюдается поражений печени. Но даже выписавшись домой больной еще 6 месяцев находится под специальным медицинским наблюдением.

Необходимо помнить о том, что заболевание легче предупредить, чем лечить. Одной из важных мер профилактики вирусного гепатита А является вакцинация, и прежде всего путешественников, туристов, отдыхающих в

природных условиях, а также выезжающих в южные страны, где регистрируется высокая заболеваемость гепатитом А.

На сегодняшний день в России зарегистрированы и используются для специфической профилактики гепатита А несколько отечественных и зарубежных вакцин, которые предназначены для иммунизации как взрослых, так и детей.

Иммунизация против гепатита А проводится двукратно, с интервалом в 6-12 месяцев. Иммунитет после проведенных прививок обеспечит защиту от заболевания вирусным гепатитом А до 15 лет.

Кроме этого, от заражения вирусом гепатита А защищает соблюдение элементарных правил гигиены:

- мойте руки перед едой и после посещения туалета;
- не пейте некипяченую воду, воду из открытых водоемов и не мойте ею фрукты и овощи; перед употреблением тщательно промывайте овощи и фрукты проточной водой, а затем обдавайте их крутым кипятком;
- для питья используйте только кипяченую или бутилированную воду;
- не употребляйте в пищу невымытые фрукты и овощи;
- кипятите непастеризованное молоко;
- продукты питания защищайте от мух.

*На сегодняшний день вакцинация является наиболее эффективным способом предотвращения заболеваний гепатитом А, а, значит, сохраняет наше здоровье!*