

Вирусный гепатит А. Как избежать заражения

ОСТОРОЖНО!! **ВИРУСНЫЙ** **ГЕПАТИТ А!!**

Гепатит А (ВГА/НАV)

в прошлом известный как болезнь Боткина, — острое инфекционное заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита А.

В отличие от гепатитов В и С, гепатит А не вызывает хронических заболеваний печени, но может

сопровождаться тяжелыми симптомами и иногда протекать в фульминантной форме (с острой печеночной недостаточностью), часто заканчивающейся летальным исходом.

Вирус гепатита А хорошо сохраняется в окружающей среде и может оставаться жизнеспособным, например, при комнатной температуре — в течение нескольких недель, в выделениях больных — до 30 суток. В воде вирус способен сохраняться месяцами, при кипячении погибает в течение 5 минут.

Вирус 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, ягод, в том числе замороженных, термически необработанных морепродуктов и др.;
- при тесном контакте с больными людьми, через инфицированную посуду, игрушки, предметы обихода.

Передаче вируса способствует тесный контакт с источником, особенно в условиях недостаточного 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. 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.

При появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи, необходимо обратиться к врачу.

По клинической картине гепатит А не отличается от других типов острого вирусного гепатита. Точный диагноз подтверждается путем анализа крови на наличие специфических для ВГА иммуноглобулинов М (IgM). В

дополнение к этому может проводиться диагностика методом полимеразной цепной реакции, позволяющая обнаружить РНК вируса гепатита А.

Профилактика гепатита А

Чтобы не допустить заражения, надо соблюдать несколько простых правил профилактики:

- тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;
- откажитесь от покупки продуктов питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
- не употребляйте воду из случайных источников и «из-под крана», пейте воду только кипяченой. Если вы не уверены в качестве воды, пейте только бутилированную – например, в путешествиях;
- тщательно мойте овощи и фрукты, в том числе имеющие кожуру (бананы, апельсины, мандарины, киви и пр.);
- 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 храните отдельно;
- тщательно прожаривайте или проваривайте продукты;
- для обработки сырых продуктов используйте отдельные ножи и доски.

Вакцинация

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