

## Памятка по профилактике вирусного гепатита А

Вирусный гепатит А — серьезное заболевание. Возбудитель гепатита — вирус, который проникает в клетки печени и, повреждая, нарушает их работу. Печень является главным санитаром организма, фильтрующим кровь и очищающим ее от вредных веществ, поэтому при гепатите А происходит отравление организма вредными веществами.

Заражение происходит следующими путями и факторами:

- водный путь – вирус попадает в организм при использовании недоброкачественной питьевой воды, купании в загрязненных водоемах и бассейнах;
- пищевой путь – при употреблении продуктов, загрязненных вирусом на всех этапах приготовления и транспортирования;
- контактно-бытовой путь – при несоблюдении правил личной гигиены (факторами передачи при этом служат руки, а также все предметы, контаминированные возбудителем инфекции).

Возбудитель гепатита А устойчив во внешней среде. При температуре +4°C сохраняется в течение нескольких месяцев, при кипячении вирус погибает через 45 минут.

Источником инфекции является больной человек. Инкубационный период колеблется от 7 до 50 дней, чаще составляя 25 +/- 5 дней. Затем начинается проявление болезни: повышается температура тела, появляется головная боль, снижается аппетит, наблюдается вялость, тошнота, рвота. У большинства заболевших отмечаются катаральные явления, покраснение зева. Моча темнеет, приобретает цвет пива, фекалии же, наоборот, светлеют. Гепатит А может протекать в желтушной форме, то есть с проявлением желтушного окрашивания слизистых глаз, кожных покровов. Но могут быть, чаще у детей, и безжелтушные формы. При той и другой форме заболевания, прежде всего, поражается печень, что проявляется ощущением тяжести в правом подреберье, увеличением размеров печени. Вирус гепатита А начинает выделяться с испражнениями больного значительно раньше, чем появляется желтуха, то есть в преджелтушном периоде. Именно в этом периоде болезни заболевшие являются наиболее опасными для окружающих. С появлением желтушного периода окрашивания склер, кожных покровов выделение вируса резко уменьшается. Еще более опасны больные безжелтушной формой гепатита, так как у них отсутствует основной дифференциальный признак гепатита – желтуха, но выделение вируса продолжается. После перенесенного заболевания остается стойкий, пожизненный иммунитет.

При появлении первых признаков болезни необходимо обратиться к врачу. Присутствие в организованных коллективах больного ребенка создает опасность заражения всего коллектива обучающихся и сотрудников.

### **Самолечение, учитывая опасность заболевания, недопустимо!**

В целях профилактики гепатита А рекомендуется соблюдать следующие правила:

- выполнять правила личной гигиены, мыть руки с мылом перед едой и после посещения туалета, содержать в чистоте посуду и пищевые продукты;

– не употреблять воду из случайных водоисточников и из-под крана, пить воду только кипяченой. Помните, что вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут.

Самым эффективным способом борьбы с гепатитом А является вакцинация. Вакцинация ставит надежный заслон распространению инфекции. Вакцины против гепатита А изготавливают из инактивированного и очищенного штампа вируса. Почти у 100 % людей развиваются защитные уровни антител к вирусу в течение одного месяца после введения одной дозы вакцины.

Задумайтесь о собственной безопасности и безопасности своих близких – сделайте прививку и забудьте о гепатите А.