

# Профилактика вирусных гепатитов

Снижение заболеваемости гепатитами является одной из актуальнейших проблем в мире, что связано с широким распространением этих инфекций. Профилактика гепатита в сложившихся условиях приобретает немаловажное значение. Комплексный подход к предупреждению заражения гепатитом позволяет не только избавиться от проблемы, как заболевание печени, но и сохранить жизнь.

## Причины патологии

Заболевание, связанное с воспалением печени, вызывает вирус гепатита А, В, С, D, Е. Пути передачи зависят от вида вируса. Он стойкий в окружающей среде и поэтому может длительное время сохранять жизнеспособность. Вирус А не передается через зараженные овощи, фрукты, воду. Пути передачи вируса В, С:

- биологические жидкости;
- сексуальные связи;
- от матери к ребенку.

## Симптомы заболевания

Элементарные правила гигиены помогут снизить риск заражения гепатитом А.

Заражение гепатитом А имеет серьезные масштабы распространения. Инфекция считается болезнью «грязных рук», распространяется чаще в теплое время года. Этот вирус часто поражает детей из-за неокрепшего иммунитета. Проявляется в виде повышения температуры, светобоязни, кашля, насморка, слезоточивости, головной боли, тошноты, потери аппетита, а также желтухой.

Гепатит В попадает в организм при гемотрасфузии, через зараженный медицинский инструментарий, через маникюрные принадлежности, при нанесении тату, пирсинга при половых контактах. Первичные признаки размыты. Болезнь трудно поддается лечению. Симптомы проявляются в виде суставной боли, быстрой утомляемости, слабости, нарушении пищеварения.

Вирус С выявляют случайно во время профилактических осмотров, при заборе крови для клинических исследований. Если болезнь диагностируется на начальном этапе, есть вероятность полного излечения. Вирусный гепатит является причиной возникновения патологий печени и поджелудочной. Признаки сходны с вирусом типа В.

Вирус D — паразитарный вирус, который развивается только в присутствии вируса В. Воздействие на печень двух видов инфекции губительно действует на организм человека. Симптомы похожи с гепатитом В, но добавляются признаки, выраженные в нарушении пищеварения, изменчивости температуры, недомогании.

Передается гепатит Е фекально-оральным способом, через зараженную воду, бытовым путем. Этот тип вируса встречается в тропических странах и среднеазиатском регионе. Симптомы заболевания в основных проявлениях сходны с другими типами гепатита. Отличается тяжелым течением, которое в отдельных случаях приводит к печеночной коме. Поражает чаще подростков.

## Общие принципы профилактики

Вакцинация обеспечивает иммунитет от вируса на длительное время.

Профилактические мероприятия, направленные на предупреждение гепатита, имеют немаловажное значение. Необходимо помнить, что от отдельных вирусов защититься невозможно, а лечение гепатита заключается в снятии симптомов и замедлению развития болезни. Профилактика заражения зависит от типа вируса и путей передачи гепатита, в связи с чем существует специфическая форма, состоящая из проведения вакцинации и неспецифическая или бытовая.

К неспецифическим относятся меры, снижающие риск заражения бытовым путем. При посещении салонов красоты необходимо выбирать проверенных мастеров, условия работы которых внушает доверие и не вызывает сомнения стерильность используемых инструментов. Чтобы не заболеть гепатитом, необходимо соблюдение личной гигиены, а также:

- Следует обдавать кипятком овощи и фрукты.
- После посещения общественных мест обязательно мыть руки, не пить воду из открытых источников.
- Избегать случайных связей, отдавать приоритет безопасному сексу (использовать презервативы), не употреблять наркотики. Это позволит защититься не только от гепатита, но и других инфекций.
- В лечебно-профилактических учреждениях осуществлять контроль за утилизацией одноразовых инструментов, дезинфекцией многоцветного инструментария.
- При заборе крови доноров проверять на антигены вируса В.

## **Особенности методов предупреждения вирусного гепатита**

Способ профилактики зависит от типа болезни.

С целью сохранения здоровья и жизни человека необходим комплексный подход к профилактике заболеваемости. Комплекс принимаемых мер организационного, противоэпидемического, санитарно-гигиенического характера способствует ограничению развитию вируса во внешней среде. Кроме общих правил, которые снижают угрозу заражения, существуют дополнительные меры для каждого типа вируса.

### **Вируса А: как противостоять?**

- Не пить воду из открытых источников, не принимать водные процедуры в водоемах с грязной водой, в которую попали сливные стоки.
- Не нарушать санитарно-гигиенические нормы.
- Овощи и фрукты мыть горячей водой.
- Не применять в саду и огороде как удобрение не перепревший помет.

### **Как уберечься от В вируса?**

Для заражения достаточно маленькой царапины.

Профилактика вирусного гепатита В включает такие правила:

- Исключить случайные половые связи или пользоваться средствами контрацепции при контакте с малознакомым партнером.
- Проводить лечение от наркозависимости.
- При лабораторном исследовании применять одноразовые инструменты.

- Осуществлять надзор за использованием и обеззараживанием медицинского инструментария.
- Не допускать использования предметов личного пользования другими лицами.
- Проводить вакцинацию медработников и населения.

К группе риска относятся больные, перенесшие оперативное вмешательство, медики, наркоманы, люди, ведущие беспорядочную половую жизнь, также можно заразиться при посещении стоматолога. Первичная профилактика гепатита В проводится путем вакцинации гаммаглобулином, с помощью профилактического применения сывороточного иммуноглобулина на протяжении 14 дней после контактирования с инфекцией удастся предотвратить развитие заболевания.

### **Неизлечимый С-тип: как избежать?**

Лабораторная диагностика поможет определить болезнь на ранних стадиях.

Профилактика вирусного гепатита С заключается в комплексе правил, которых следует придерживаться:

- Пропагандировать культуру сексуальных связей.
- Систематически сдавать кровь для лабораторных исследований.
- Выбирать только проверенные стоматологические клиники, маникюрные или тату-салоны, желательно приносить личные принадлежности для маникюра.
- Не разрешать пользоваться предметами личной гигиены другим лицам.
- Исключить случайные сексуальные контакты или использовать презерватив.

### **Профилактика вируса D и E**

- Тщательно проверять качество донорской крови.
- Использовать более совершенные методы антисептики медицинского инструментария.
- Проводить обеззараживание инструмента в салонах красоты.
- Использовать средства контрацепции при сексуальных связях.
- Обязательно проводить вакцинацию от гепатита D.

Профилактика вирусной инфекции E при посещении стран с тропическим климатом и среднеазиатского региона заключается в употреблении бутилированной воды, тщательном мытье горячей водой фруктов и овощей, отказе от еды в стрит-фудах. Профилактика с помощью иммуноглобулина неэффективна. В Китае имеется вакцина от вируса, но на другие страны ее применение не распространено.