

## Гепатит А: болезнь грязных рук

Слово «гепатит» у людей, как правило, ассоциируется с поражением печени, долгим и трудным лечением, хроническим течением и массой осложнений. Но справедливо ли все это по отношению к гепатиту А? Давайте разберемся!

В отличие от своих ближайших родственников - парентеральных гепатитов В, С и D, гепатит А — это типичная болезнь грязных рук, она тесно связана с отсутствием безопасной воды и пищи, ненадлежащей санитарией и плохой личной гигиеной. Но обо всем по порядку.

Несмотря на то, что встречаются и легкие, и тяжелые формы заболевания, гепатит А не вызывает хронических заболеваний печени, а почти все пациенты достигают полного излечения, и, как приятный бонус, остается пожизненный иммунитет.

Повторное заражение гепатитом А – исключительно редкое событие.

Вирус гепатита А чаще всего передается пищевым, водным и контактно-бытовым путем. Что это значит? Начнем по порядку. Пищевым путем заражение происходит при употреблении загрязненных продуктов, например, плохо промытой зелени, овощей и фруктов. В семьях чаще всего это случается через грязные руки при приготовлении пищи зараженным человеком.

Для того, чтобы заразиться водным путем, воду пить не обязательно, она может попасть в организм через нос при купании в неподходящем для этого месте. Водные вспышки случаются редко и обычно связаны с загрязнением воды канализационными стоками или неадекватной очисткой воды.

Иногда природа вносит свои коррективы, например, в этом году в Республике Крым с связи с выпадением обильных осадков произошло ухудшение качества питьевой и морской воды, увеличился риск распространения среди населения острых кишечных инфекций, в том числе гепатита А. Роспотребнадзор продолжает круглосуточный контроль за санитарно-эпидемиологической ситуацией.

Контактно-бытовой путь — это ни что иное, как прямой контакт с больным человеком.

Если в семье кто-то заболел гепатитом А, необходимо ограничить все контакты с ним, не заниматься самолечением и срочно вызвать врача на дом!

Раннее выявление заболевания и своевременная госпитализация помогают предупредить распространение инфекции!

От момента попадания вируса в организм до первых симптомов может пройти до 50-ти дней, но в среднем 14-18. Часто заболевшего беспокоят лихорадка, недомогание, потеря аппетита, диарея и тошнота. Из более специфических симптомов может быть ощущение дискомфорта в животе, потемнение мочи и пожелтение кожи и белков глаз, но здесь есть нюанс: эти проявления характерны для всех гепатитов. Есть и другие подводные камни: симптомы проявляются не у всех инфицированных. Например, у детей до 6 лет инфекция часто носит бессимптомный характер, и только у 10% развивается желтуха.

Заразным больной становится уже в конце инкубационного периода, то есть, когда никаких клинических проявлений еще нет.

Сколько за этот период он может заразить людей – загадка. И она еще более сложная, когда у больного бессимптомная форма гепатита А.

Но не спешите расстраиваться, позитивные новости тоже есть, как и эффективные меры профилактики. Самое эффективное из них – вакцинация. В нашей стране ее делают только по эпидемическим показаниям и группам риска. О последних немного подробнее - обязательной иммунизации против гепатита А подлежат:

дети с трех лет, проживающие на территориях с высоким уровнем заболеваемости гепатитом А;

медицинские работники, воспитатели и персонал детских дошкольных учреждений;

работники сферы общественного питания;

рабочие, обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения;

лица, выезжающие в неблагополучные по гепатиту А регионы и страны;

контактные с больными в очаге гепатита А.

Экстренная вакцинация в очаге гепатита А проводится в первые 5 дней от момента выявления больного всем контактным ранее не болевшим и не привитым. Быстрая вакцинация контактных – залог успешного купирования возможной вспышки гепатита А и сохранения здоровья окружающих.

А что делать тем, кому вакцина не показана? Ответ прост: важно помнить несколько простых и в то же время эффективных правил, которые обязательны к выполнению для всех:

тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением,

мыть руки перед едой, после туалета, после прогулок;

пить только кипяченую или бутилированную воду;

плавать в разрешенных для этих целей водоемах, не заглатывать воду при купании;

избавиться от вредной привычки грызть ногти и карандаши;

соблюдать правила личной и общественной гигиены.

Эти правила актуальны всегда: и зимой, и летом! Особенно не стоит пренебрегать ими во время отдыха. Берегите себя и своих близких!