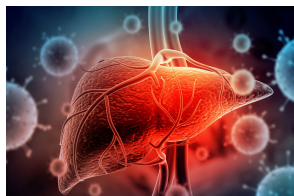


Автор: А. Зиновьева, инструктор-валеолог отделения общественного здоровья ГУ
«Речицкий ЗЦГЭ»



Здоровье имеет высшую ценность для каждого человека, поскольку от общего физического состояния в основном зависит качество жизни. К сожалению, в настоящее время многие серьезные заболевания широко распространены и являются потенциальной угрозой для общественного благосостояния. В число таких заболеваний входит и гепатит.

Гепатит – воспаление печени, которое является одним из наиболее распространенных инфекционных заболеваний в мире, вызванное вирусной инфекцией. Существуют пять основных штаммов, которые обозначаются как **типы А, В, С, D и Е**. Все эти штаммы вызывают заболевание печени, однако они отличаются друг от друга способом передачи вируса, тяжестью заболевания, методами профилактики.

Гепатиты А и Е попадают в организм «через рот» посредством **загрязненной воды, пищевых продуктов и грязных рук**.

Заражение

гепатитами В и С

, которые получили название «парентеральные», происходит через

кровь инфицированного человека

(например, при небезопасных инъекциях или манипуляциях),

во время которых нарушается целостность кожных покровов и слизистых

(татуировки, пирсинг, маникюр и др.),

при незащищенном сексе.

Характеризуются тяжелым клиническим течением и являются частой причиной хронического гепатита, цирроза и первичного рака печени.

Гепатит D

может инфицировать только тех,

кто уже заражен гепатитом В

. Двойная инфекция может привести к более серьезному течению болезни.

Большинство случаев вирусных гепатитов протекает без явных симптомов или с незначительными проявлениями, такими как **слабость, потеря аппетита и тяжесть в животе**. Это может привести к хронической стадии болезни, которая может прогрессировать до цирроза или рака печени. Острая инфекция может протекать с такими симптомами, как **желтуха** (пожелтение кожи и глаз), **сильная утомляемость, тошнота и боли в области живота**.

Для предотвращения заражения вирусами гепатита существуют определенные правила, соблюдение которых поможет избежать их попадания в организм:

1. Основной фактор риска – некипяченая вода. Такую воду пить нельзя и не рекомендуется мыть овощи и фрукты в ней без последующей термической обработки. Важно использовать чистую воду, нагретую до 100°C, чтобы защитить себя от гепатита А и Е.

2. Общее правило безопасности - избегать контакта с биологическими жидкостями других людей. Для предотвращения заражения гепатитом В и С необходимо быть осторожными при контакте с открытыми ранами или слизистой оболочкой. Кровь может содержаться на бритвах, ножницах, зубных щетках и других предметах гигиены, поэтому не стоит делиться ими с другими людьми.

3. Никогда не используйте повторно шприцы и иглы, а также обеспечьте стерильность инструментов, используемых для татуировок или пирсингов. Гепатит

может долго сохраняться на поверхностях, поэтому важно быть предельно аккуратными.

4. Так как гепатит В и С передаются через половой контакт, рекомендуется принимать максимальные **меры предосторожности при любых формах интимных отношений** (использование контрацептивных средств).

5. Вирусная инфекция может передаваться также от матери к ребенку во время родов, в период беременности или грудного вскармливания. **Лучшей защитой является вакцинация,** так как пути передачи могут быть неизвестными.

Профилактика является основным средством защиты от гепатитов.

Позаботьтесь о своем здоровье и о
здоровье ваших близких!

В рамках проведения Всемирного дня борьбы с гепатитом **28 июля 2023 года будут работать «прямые» телефонные линии:**

- с 10:00 до 11:00 по телефону 9-91-65 на ваши вопросы ответит заведующий отделом эпидемиологии ГУ «Речицкий зональный центр гигиены и эпидемиологии»
Веремейчикова Алина Петровна

- 13:00 до 15:00 по телефону 6-54-34 на ваши вопросы ответит врач-инфекционист УЗ «Речицкая центральная районная больница» Татаринова Оксана Николаевна