**Памятка Профилактика гепатитов**

Гепатит — это воспаление печени. Существует 5 основных вирусов гепатита, называемых типами A, B, C, D и E , но его причиной могут также быть другие инфекции, токсичные вещества (например, алкоголь и некоторые наркотики). Вирус гепатита А и вирус гепатита Е чаще всего передаются при потреблении загрязненных пищевых продуктов или воды.

**Острая инфекция протекет с такими симптомами, как:**

* + - желтуха (пожелтение кожи и глаз),
    - потемнение мочи,
    - утомляемость,
    - тошнота, рвота
    - и боли в области живота.

Чаще инфекция протекает в легкой форме, большинство людей полностью выздоравливает и у них остается стойкий иммунитет.

**Вирус гепатита В** передается от человека к человеку при непосредственном контакте с кровью инфицированного и ее производными.

Вероятность инфицирования существует:

* + при использовании для инъекций и татуажа нестерильных игл,
  + часто заражение происходит через нестерильные медицинские, стоматологические и косметологические инструменты,
  + при половых контакта
  + х и бытовым путем при совместном использовании предметов личной гигиены (зубных щеток, бритв и т.д.).

Большинство людей не знают о том, что они инфицированы: в 80% случаев болезнь развивается бессимптомно, незаметно для человека и переходит в хроническую стадию, которая заканчивается циррозом или раком печени.

Дети, рожденные от инфицированных матерей, также могут быть инфицированы вирусом гепатита В.

**Вирус гепатита С** также передается при контакте с инфицированной кровью. Это может происходить:

* при переливании крови и продуктов крови зараженных вирусом
* и при употреблении инъекционных наркотиков.

Возможен также и сексуальный путь передачи инфекции, но это происходит гораздо реже.

Вакцины против HCV нет.

**Вирус гепатита D** может инфицировать только тех людей, кто инфицирован гепатитом B. Двойная инфекция может приводить к развитию более серьезной болезни и худшему результату.

Безопасные и эффективные вакцины против гепатита В обеспечивают защиту от инфецирования гепатитом D.

**Симптомы**

* Острое заболевание характеризуется появлением слабости, снижением аппетита, тошнотой, частой рвотой.
* Могут беспокоить боли в правом подреберье. Иногда отмечаются боли в крупных суставах по ночам и в утренние часы, появляются зуд, моча приобретает темный цвет, кал обесцвечивается.
* Заболевание чаще сопровождается развитием желтухи.
* Первоначально желтушное окрашивание приобретают склеры, слизистая оболочка твердого неба и уздечка языка, позднее окрашивается кожа.

Выявлено, что острое заболевание может протекать с ограниченными симптомами или бессимптомно.

**Профилактика  вирусных  гепатитов**

Для профилактики заражения гепатитом В существует специально разработанная вакцина. С 2002 года в России введена обязательная вакцинация новорожденных детей и людей из основных групп риска.

Благодаря скринингу крови, используемой для переливания, можно предотвращать передачу вирусного гепатита В и вирусного гепатита C.

Стерильное инъекционное оборудование обеспечивает защиту от передачи вирусного гепатита В и вирусного гепатита C.

Безопасная практика сексуальных отношений, включая сведение к минимуму числа партнеров и использование барьерных мер защиты, защищает от передачи вирусного гепатита В и вирусного гепатита C.

Безопасные пищевые продукты и вода обеспечивают наилучшую защиту от вирусного гепатита А и вирусного гепатита E.

Если в семье есть больной или носитель вирусных гепатитов – хранить отдельно предметы его гигиены и подвергать их обеззараживанию.

Выделить каждому члену семьи для использования дома и на работе личные предметы гигиены, постельное и нательное белье, носовые платки.

Если дома есть больной гепатитами или носитель вирусов проводит текущую уборку помещений в резиновых перчатках, протирать поверхность мебели, дверные ручки, краны умывальников, спусковые краны унитазов и пол. мыльно-содовым раствором, раствором хлорамина или другого дезинфицирующего средства.

**Важно помнить, что гепатит легче предупредить, чем вылечить!**