28 июля **Всемирный день борьбы с гепатитом**

По инициативе Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) и Международного альянса по борьбе с гепатитом (World Hepatitis Alliance, WHA), начиная с 2011 года, ежегодно 28 июля отмечается **Всемирный день борьбы с гепатитом** [(World Hepatitis Day)](http://www.worldhepatitisday.org/).

Дата Всемирного дня борьбы с гепатитом была выбрана в честь родившегося в этот день лауреата Нобелевской премии профессора Баруха Самюэля Блумберга, открывшего вирус гепатита В.

Незаметно для вас каждый день ваша печень выполняет более 500 жизненно важных функций. Вот почему так важно заботиться о здоровье печени и знать свой статус по гепатиту.

Помимо знания своего статуса по гепатиту и обращения за медицинской помощью, ключевыми факторами сбережения здоровья печени являются сокращение потребления алкоголя, достижение здорового уровня массы тела, лечение гипертонии и диабета. Здоровье печени – это залог:

* + долгой жизни;
  + защиты близких от гепатита;
  + защиты других жизненно важных органов, включая сердце, головной мозг и почки, работа которых зависит от нормальной работы печени.

Не меньшую важность имеют профилактические мероприятия: проведение диагностики, вакцинация против гепатита и т.д.

В настоящее время сохраняются относительно высокие показатели заболеваемости вирусными гепатитами (А, В, С, D и Е), особенно хроническими гепатитами С и В, которые служат резервуаром для последующего развития цирроза и первичного рака печени. Доля смертей от вирусных гепатитов в трудоспособном возрасте составляет 70%.

Гепатит — это диффузное воспаление печеночной ткани вследствие токсического, инфекционного или аутоиммунного процесса, злоупотребления алкоголем и жирной пищей, отравлений, неправильного образа жизни в результате которого разрушаются клетки печени. Существуют энтеральные вирусные гепатиты (А и Е) — передаются фекально-оральным путем и парентеральные вирусные гепатиты (В, С, Д) – заражение осуществляется через кровь (при инъекционном введении наркотических средств, использовании нестерильного инструментария при нанесении татуировок, пирсинге, проведении косметических, маникюрных, педикюрных и других процедур, связанных с нарушением целостности кожи и слизистых оболочек), а также от инфицированной матери ребенку во время родов и при незащищенном половом контакте. Наибольший риск инфицирования вирусами гепатита В, С и D связан с потреблением наркотических средств инъекционным путем.

Наиболее опасными являются гепатиты В и С, они протекают длительно, переходят в хроническую форму, вызывают осложнения — цирроз и рак печени.

Профилактика гепатитов А и Е — это в первую очередь соблюдение правил личной гигиены, регулярное мытье рук, фруктов и овощей; тщательная термическая обработка пищевых продуктов, использование качественной воды. Чтобы не допустить заболевание вирусными гепатитами нужно проявлять осторожность и избирательность при выборе стоматологической клиники, тату- и маникюрного салона; избегать случайных половых связей; использовать барьерные методы контрацепции; откажитесь от использования чужих бритвенных приборов, маникюрных принадлежностей, зубных щеток и т.д.

К профилактическим мероприятиям также относятся: регулярное прохождение профилактических медицинских осмотров и диспансеризации, поддержание нормального веса, регулярная физическая активность, отказ от самолечения лекарственными препаратами и БАДами, отказ от употребления алкоголя и наркотиков, защищенный секс; соблюдение мер предосторожности при использовании токсичных материалов (средств от насекомых, лакокрасочных материалов, растворителей).

Как правило, Вакцина надежно защищает человека от заражения вирусами А и В. Кроме того, Вакцина против гепатита В защищает от гепатитов В и D.

Применение гигиенических знаний на практике каждым человеком, признание важности иммунопрофилактики гепатитов А и В, а также участие в проведении прививочных компаний позволит сохранить здоровье населения не только каждой отдельной страны, но и населения планеты в целом.