**Профилактика вирусных гепатитов**

Вирусный гепатит – это инфекционное воспаление печени, вызванное вирусами типа А, В, С, D и другими. Они могут протекать остро, хронически и субклинически, но всегда несут угрозу для жизни. В отличие от незаразных гепатитов, вирусные проявляются не только желтухой, увеличением печени в объемах и ее болезненностью, но и головной болью, высокой температурой, тошнотой и рвотой. Необходимо знать, что от некоторых вирусов, к примеру С, избавиться практически невозможно, а все меры лечения сводятся к снятию симптомов и затормаживанию репродукции вируса.

Вирусы гепатитов передаются преимущественно с биологическими жидкостями человека, но имеют высокую устойчивость во внешней среде – способны сохраняться в воде и на иглах до двух-трех недель.

**Профилактика гепатита А**

Гепатит А передается преимущественно фекально-оральным путем – через воду, продукты питания, общие предметы пользования. Наиболее эффективными мерами профилактики заражения будут:

- Соблюдение правил личной гигиены, мытье рук перед едой и после каждого похода в туалет;

- Поддержание чистоты в доме;

- Употребление только чистой воды. Зачастую заражение гепатитом А происходит вследствие питья из неизвестных источников;

- Категорически запрещается использовать в качестве удобрения в почву некомпостированный навоз и помет;

- Овощи и фрукты следует тщательно мыть перед употреблением;

- Никогда не делитесь с другими такими предметами, как бритва, ножницы, полотенце, зубная щетка.

**Профилактика гепатитов В и С**

Наиболее опасными среди всех инфекционных гепатитов являются именно те, которые вызваны типами В и С. Они имеют не только сходную клиническую картину и потребность в интенсивном курсе лечения, но и общие пути заражения. Наиболее часто заражение происходит при использовании нестерильных медицинских инструментов, переливании крови, половым путем и от матери к плоду, намного реже гепатиты В и С передаются при совместном использовании предметов гигиены – зубных щеток, полотенец, салфеток.

Меры профилактики включают:

- Тщательный контроль за использованием шприцев, бор-машины и прочих инструментов в медицинских учреждениях.

- После каждого пациента многоразовое оборудование должно дезинфицироваться, а одноразовое к повторному использованию не допускается. Риск заражения гепатитом в условиях медицинского учреждения невысок.

- Избегайте случайных половых связей, если секс получился случайным, либо партнер вам мало знаком – используйте презерватив.

- Наркомания – особый диагноз. Если была ситуация, в которой вы могли заразиться, то сдайте анализ, как можно раньше. Помните, что раннее лечение намного лучше позднего, а инкубационный период гепатита В составляет 120 суток, С – около 150.

- Не используйте предметы личной гигиены совместно с другими людьми.

- Гепатиты передаются от матери к плоду. Тем не менее, это не приговор для малыша – беременной женщине необходимо обратиться к врачу, который назначит курс лечения.  В сочетании с высокой дисциплиной и личной гигиеной пациентки, лекарства в большинстве случаев позволяют избежать заражения.

**Профилактика гепатита D**

Вирус гепатита D является своеобразным вирусом-паразитом, который не способен размножаться без вируса типа В. Поэтому меры профилактики будут аналогичными предосторожностям против гепатита B. В целом,  вирусные гепатиты в большинстве случаев являются следствием беспутной половой жизни, приема наркотиков, несоблюдения банальных правил личной гигиены. В наши дни крайне редко гепатитом можно заразиться в медицинских учреждениях. Поэтому, порядочность, чистоплотность и отсутствие пагубных привычек и по отношению к гепатитам являются самой лучшей мерой профилактики.

Территориальный отдел

Управления Роспотребнадзора по Забайкальскому краю

в поселке городского типа Забайкальск

.

# Всемирный день борьбы с гепатитом

**Когда отмечают**

Всемирный день борьбы с гепатитом отмечается ежегодно 28 июля. Праздник учрежден ВОЗ по инициативе Всемирного альянса по борьбе с гепатитом. В 2020 году его справляют 13-й раз.

## История праздника

Впервые Всемирный день борьбы с гепатитом отметили 19 мая 2008 г. В 2011 году представители Всемирной ассамблеи здравоохранения решили перенести дату события на 28 июля, приурочив ее памяти врача Баруха Самуэля Бламберга, который открыл вирус гепатита В и изучил его патологическое воздействие на печень.

## О гепатите

Это вирусное заболевание печени, которое наносит сокрушительный удар по всему организму. Вирусная инфекция легко распространяется и может стать причиной эпидемиологического случая. Врачами всего мира данное заболевание признано глобально опасной проблемой здравоохранения. По данным ВОЗ, гепатит вирусной модификации уже поразил около 2 млрд. человек, то есть каждого третьего жителя Земли. Кто-то уже переболел, а кто-то является носителем патологии.

Действенными профилактическими мероприятиями против заболевания являются соблюдение гигиены, внимательность при переливании крови и осторожность при выборе половых партнеров. Главная защита от гепатита вирусной этиологии – вакцинация. Немалое значение в профилактике имеет распространение информации о путях заболевания, необходимости иммунизации, соблюдения правил гигиены и прохождение диспансеризации.

В Российской Федерации на основании постановления правительства в 2014 году гепатит вошел в список социально опасных заболеваний. По примерным подсчетам, на 2015 год на территории России около 2,5% населения больны или инфицированы тяжелым заболеванием печени.

В 2014 г. 194 страны – представители ВОЗ, проанализировав результаты всемирного опроса, решили принять на себя обязательства по улучшению ситуации с диагностикой и продуктивностью лечения, а также по разработке эффективных мер против распространения гепатита различного происхождения.

Территориальный отдел

Управления Роспотребнадзора по Забайкальскому краю

в поселке городского типа Забайкальск