

## ПРОФИЛАКТИКА ВИРУСНЫХ ГЕПАТИТОВ

Вирусные гепатиты являются инфекционными заболеваниями, которые поражают внутренние органы и, в частности, печень человека. Несмотря на существенные различия в симптоматике и способах передачи, все вирусы оказывают воспалительное действие и негативно сказываются на состоянии здоровья.

Сегодня принято различать несколько типов распространенных вирусных гепатитов: В, А, D, С, Е. Наш организм защищен иммунитетом, который запрограммирован на определение и устранение патогенных клеток. Чем более выражен иммунный барьер, тем больший объем клеток он сможет преодолеть за короткое время. А соответственно в процессе борьбы с вирусом нарушения работы печени будут проявляться сильнее. Таким образом, протекает острый гепатит.

Но если иммунный ответ имеет адекватную стадию, тогда организм человека способен сам уничтожить возбудителя, что приводит к полному выздоровлению. Это обычное явление, когда протекает гепатит Е, А, а также в большинстве случаев заражения вирусом В.

Когда иммунная система не в силах уничтожить первичные появления клеток гепатита, вирус «поселяется» в печени и заболевание приобретает хронический характер. Это тяжелая стадия, которая распространена при поражении гепатитом С, а в некоторых случаях и вирусом В.

Стоит рассмотреть отдельно меры профилактики каждого вирусного типа, чтобы иметь полную картину действий по предостережению.

### **Профилактика гепатита А**

Инфекционное заболевание, называемое в народе «желтуха» или «болезнь Боткина», появляется через попадание в организм вируса А. Это достаточно распространенная проблема, нередко встречающаяся среди подростков и детей. Симптоматика проявлений следующая: рвота, тошнота, повышенная температура тела, недомогание, потеря аппетита, темный цвет мочи, появление желтоватого оттенка белка глаза и кожи.

Этот гепатит заражает клетки печени, попадая в организм с некачественной водой, немывыми овощами, руками, а также при близком контакте с зараженными пациентами.

Для гепатита А период инкубационной адаптации составляет 21-28 дней, после чего наступает продромальная стадия, когда повышается температура, появляется рвота, кашель, светобоязнь, мигрень и изменение цвета кожи. На этом этапе нужно незамедлительно обратиться к врачу, если это не было сделано ранее.

### **Для профилактики «желтухи» необходимо:**

- тщательно мыть руки после посещения улицы и туалета;
- избегать употребления воды из сомнительных водоемов;
- обдавать кипятком овощи и фрукты перед их употреблением;
- поддерживать чистоту в помещениях.

### **Меры профилактики при гепатите В**

Возбудители гепатита В представляют собой разновидность ДНК-содержащего вируса, который заражает клетки печени. Это более серьезное заболевание, которое передается такими путями:

- при донорском переливании крови;
- от матери к ребенку;
- совместным использованием гигиенических приборов (бритв, зубных щеток, ножниц);
- применением нестерильных медицинских инструментов.

Срок инкубационной адаптации может длиться до 120 дней. А первые стадии заболевания обычно протекают малозаметно – появляется тошнота, боли в правом подреберье, тяжесть в желудке, пропадает аппетит и болят суставы.

Форма острого проявления гепатита В может быть как безжелтушная, так и желтушная, но нередко она переходит в хроническую стадию. Признаками такого осложнения является: слабость, кровоточивость десен, частые гематомы и незначительное увеличение печени.

### **Чтобы избежать попадания вируса необходимо:**

- предохраняться при половом контакте презервативом;

- избегать употребления наркотических средств и случайных интимных связей;
- не использовать чужие маникюрные наборы, пинцеты, ножницы или бритвы.

### **Как предотвратить заражение гепатитом С?**

Наиболее тяжелая форма заболевания – это заражение гепатитом С. Данная разновидность патогенных клеток имеет однонитчатую линейную РНК и может формировать разные субтипы, генотипы. Особенность болезни – скрытое и длительное развитие, а затем – стремительный переход в цирроз печени.

Пути передачи вируса – от матери к ребенку, через кровь, незащищенные половые связи или нестерильные медицинские инструменты. Симптомами заболевания выступают: вялость, потеря аппетита, боли в правом подреберье и быстрая утомляемость.

Профилактика заражения клетками гепатита С аналогична с мерами предосторожности для вирусного возбудителя В.

### **Профилактические действия при гепатите D**

Этот вирус также называют паразитом, поскольку он не может находиться без оболочки возбудителя гепатита В. Так он размножается в организме человека и нередко протекает в виде заражения сразу 2-мя типами патогенных клеток. Пути его передачи будут аналогичны родственному возбудителю:

- через незащищенный половой контакт;
- от матери к плоду;
- через кровь.

Хроническая форма поражения гепатитом D проявляется в слабости, беспричинном ознобе, увеличении печени, возникновении сосудистых звездочек на спине, лице или плечах.

Профилактика заражения одна – вакцинация и избегание попадания чужой биологической жидкости в организм.

### **Меры предосторожности с гепатитом E**

Этот вид инфекции передается аналогично гепатиту А, т.е. орально-фекальным путем. Протекание болезни начинается с общей слабости, расстройств пищеварения, усталости тела, иногда может повышаться температура.

Осложнением при гепатите E выступает появление геморрагического синдрома и острой почечной недостаточности. Но особая опасность инфекции заключается для беременных женщин, поскольку это может привести к гибели плода и кровотечениям при рождении.

### **Профилактика заболевания следующая:**

- улучшение санитарных и гигиенических норм;
- термическая обработка пищи;
- очистка и кипячение питьевой воды;
- тщательное мытье рук после туалета или улицы.