# Гепатит А: болезнь грязных рук

Нурлатский территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) сообщает.

Гепатит А или болезнь Боткина –это воспалительное заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита А (ВГА), при котором поражаются клетки печени (гепатоциты).

Слово «гепатит» у людей, как правило, ассоциируется с поражением печени, долгим и трудным лечением, хроническим течением и массой осложнений. В отличие от гепатитов B и C, гепатит А не вызывает хронических заболеваний печени, но может сопровождаться тяжелыми симптомами и иногда протекает с острой печеночной недостаточностью, часто заканчивающейся летальным исходом.

Гепатит А — это типичная болезнь грязных рук, она тесно связана с отсутствием безопасной воды и пищи, ненадлежащей санитарией и плохой личной гигиеной.

**Риску заболевания гепатитом А и развития его тяжелых форм подвержены:**

* дети, проживающие на территориях с высоким уровнем заболеваемости;
* лица, отправляющиеся в районы, эндемичные по гепатиту А (военнослужащие, туристы, люди, работающие по контракту);
* воспитатели детских дошкольных учреждений, медицинские работники, работники питания;
* больные хроническими гепатитами и циррозом печени.

**Факторы риска:**

* плохие санитарные условия;
* отсутствие безопасной воды;
* совместное проживание с инфицированным человеком;
* путешествия в районы, эндемичные по гепатиту А.

Несмотря на то, что встречаются и легкие, и тяжелые формы заболевания, гепатит А не вызывает хронических заболеваний печени, а почти все пациенты достигают полного излечения, и, как приятный бонус, остается пожизненный иммунитет.

Повторное заражение гепатитом А – исключительно редкое событие.

**Вирус гепатита А чаще всего передается пищевым, водным и контактно-бытовым путем. Что это значит?**

Пищевым путем заражение происходит при употреблении загрязненных продуктов, например, плохо промытой зелени, овощей и фруктов. В семьях чаще всего это случается через грязные руки при приготовлении пищи зараженным человеком.

Для того, чтобы заразиться водным путем, воду пить не обязательно, она может попасть в организм через нос при купании в неположенном для этого месте.

Водные вспышки случаются редко и обычно связаны с загрязнением воды канализационными стоками или неадекватной очисткой воды.

Контактно-бытовой путь — это ни что иное, как прямой контакт с больным человеком.

Если в семье кто-то заболел гепатитом А, необходимо ограничить все контакты с ним, не заниматься самолечением и срочно вызвать врача на дом!

Раннее выявление заболевания и своевременная госпитализация помогают предупредить распространение инфекции!

От момента попадания вируса в организм до первых симптомов может пройти от 7 до 50-ти дней, но в среднем 14-28.

Часто заболевшего беспокоят лихорадка, недомогание, потеря аппетита, диарея и тошнота. Из более специфических симптомов может быть ощущение дискомфорта в животе, потемнение мочи и пожелтение кожи и белков глаз, но здесь есть нюанс: эти проявления характерны для всех гепатитов. Есть и другие подводные камни: симптомы проявляются не у всех инфицированных. Например, у детей до 6 лет инфекция часто носит бессимптомный характер, и только у 10% развивается желтуха.

**Заразным больной становится уже в конце инкубационного периода, то есть, когда никаких клинических проявлений еще нет.**

Сколько за этот период он может заразить людей – загадка. И она еще более сложная, когда у больного бессимптомная форма гепатита А.

**Профилактика гепатита А**

**Основные направления профилактики гепатита А:**

* соблюдение правил личной гигиены;
* использование доброкачественной воды и безопасных продуктов питания;
* соблюдение санитарных норм и правил при заготовке, транспортировке, хранении и технологии изготовления и реализации продуктов питания.

**Специфическая профилактика вирусного гепатита А.**

В России вакцинация против гепатита А проводится по эпидемическим показаниям (лицам, проживающих в регионах, неблагополучных по заболеваемости гепатитом А, а также лицам, подверженным профессиональному риску заражения.

**Обязательной иммунизации против гепатита А подлежат:**

* дети с трех лет, проживающие на территориях с высоким уровнем заболеваемости гепатитом А;
* медицинские работники, воспитатели и персонал детских дошкольных учреждений;
* работники сферы общественного питания;
* рабочие, обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения;
* лица, выезжающие в неблагополучные по гепатиту А регионы и страны;
* контактные с больными в очаге гепатита А

Экстренная вакцинация в очаге гепатита А проводится в первые 5 дней от момента выявления больного всем контактным ранее не болевшим и не привитым. Быстрая вакцинация контактных – залог успешного купирования возможной вспышки гепатита А и сохранения здоровья окружающих.

**А что делать тем, кому вакцина не показана?**

Ответ прост: важно помнить несколько простых и в то же время эффективных правил, которые обязательны к выполнению для всех:

* тщательно мыть овощи и фрукты перед употреблением,
* мыть руки перед едой, после туалета, после прогулок;
* пить только кипяченую или бутилированную воду;
* плавать в разрешенных для этих целей водоемах, не заглатывать воду при купании;
* избавиться от вредной привычки грызть ногти и карандаши;
* соблюдать правила личной и общественной гигиены.

**Эти правила актуальны всегда: и зимой, и летом! Особенно не стоит пренебрегать ими во время отдыха.**

**Берегите себя и своих близких!**

****

****