Как предотвратить заболевание гепатитом А

**Болезнь Боткина, желтушная болезнь, желтуха – под такими названиями мы знаем гепатит А, представляющий собой острую вирусную инфекцию, поражающую клетки печени.**

Заболевание не считается опасным или тяжелым – чаще всего оно проходит бесследно, вирус гепатита А не вызывает необратимого разрушения печени и хронического воспалительного процесса. Однако в редких случаях может развиваться сильная печеночная недостаточность, способная привести к коме и летальному исходу.

Вирус гепатита А неприхотлив – он устойчив в кислотной и водной среде, длительно сохраняется на предметах хозяйственного обихода, в почве.

Передается гепатит А преимущественно фекально-оральным путем: через загрязненную воду и продукты питания. При этом возможна передача через кровь и ее составляющие. Определенную роль играет непосредственный контакт с больным человеком, а также использование одной посуды и общего туалета.

Инкубационный период гепатита А варьирует от 2 недель до 1,5 месяцев и в среднем составляет 30 дней. Такой длительный срок осложняет диагностику. Так, гепатит А легко принять за ОРВИ или грипп. Тому способствуют общие для инфекционных заболеваний симптомы: высокая температура, лихорадка, сильный озноб, слабость, боль в мышцах и суставах, потеря аппетита, общая интоксикация, тошнота, рвота, расстройства пищеварения. Отличают же гепатит А характерные признаки: темная моча (цвета крепкого чая), обесцвеченный кал, пожелтение кожи и склер глаз. Хотя нередки случаи, когда болезнь протекает в бессимптомной форме (особенно у детей).

При первых же проявлениях необходимо незамедлительно обратиться к врачу.

Как уже было сказано, прогноз заболевания почти всегда благоприятен. Как правило, пациенты полностью излечиваются от инфекции, функция печени восстанавливается в течение месяца, переболевший человек получает стойкий пожизненный иммунитет.

Меры профилактики гепатита А направлены, главным образом, на санитарное обустройство быта. Они включают ряд нехитрых правил, строгое соблюдение которых поможет предотвратить заражение. Итак, чтобы не заболеть, необходимо:

* обязательно мыть руки с мылом после уличной прогулки, посещения туалета и перед едой;
* тщательно мыть овощи и фрукты;
* выдерживать температурные нормы при термической обработке пищевых продуктов;
* употреблять только кипяченую или бутилированную воду;
* систематически вести борьбу с мухами;
* поддерживать чистоту в доме;
* не применять в качестве удобрения некомпостированный навоз и помет;
* не пользоваться чужими предметами личной гигиены (бритва, полотенце, маникюрные ножницы, зубная щетка) и не одалживать их другим людям;
* не допускать незащищенных половых контактов со случайными партнерами;
* посещать только надежные медицинские, косметологические центры, студии красоты и тату-салоны;
* не принимать пищу в сомнительных заведениях общественного питания и в уличных палатках.

## Это неспецифические способы защиты. Обращаем внимание, что наиболее действенным методом в борьбе с гепатитом А является вакцинация. Прививки проводят в соответствии с приказом от 6 декабря 2021 г. N 1122н «Об утверждении национального календаря профилактически прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок». Категории лиц, подлежащих прививкам: лица, проживающие в регионах, неблагополучных по заболеваемости вирусным гепатитом A, а также лица, подверженные профессиональному риску заражения (медицинские работники, работники сферы обслуживания населения, занятые на предприятиях пищевой промышленности, а также обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения, оборудование и сети). Лица, выезжающие в неблагополучные страны (регионы), где регистрируется вспышечная заболеваемость вирусным гепатитом A. Контактные лица в очагах вирусного гепатита A. По эпидемическим показаниям прививки проводятся при угрозе возникновения эпидемии или вспышки вирусного гепатита A (стихийные бедствия, крупные аварии на водопроводной и канализационной сети).

Заместитель начальника Ефремовского территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Тульской области Илюхина Светлана Юрьевна