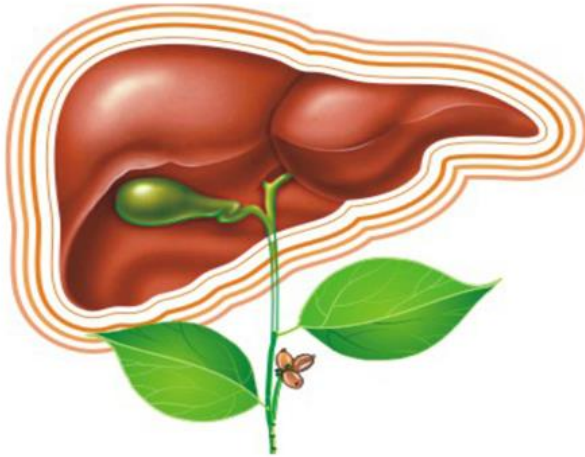


Вирусные гепатиты и их профилактика



Вирусы гепатита попадают в организм человека двумя основными способами. Больной человек может выделять вирус с фекалиями, после чего, тот с водой или пищей попадает в кишечник других людей. Врачи называют такой механизм заражения фекально-оральным. Он характерен для вирусов гепатита А и Е. Таким образом, гепатит А и гепатит Е возникают

в основном из-за несоблюдения личной гигиены, а также при несовершенстве системы водоснабжения. Этим объясняется наибольшая распространённость этих вирусов в малоразвитых странах.

Второй путь заражения — контакт человека с инфицированной кровью. Он характерен для вирусов гепатитов В, С, D, G. Наибольшую опасность, ввиду распространённости и тяжёлых последствий заражения, представляют вирусы гепатитов В и С.

Чтобы уберечься от заражения гепатитами, необходимо соблюдать несложные правила. 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.

В целом, гепатитом А очень легко заразиться в бытовых условиях. Поэтому, если среди ваших знакомых появился человек с таким диагнозом, то лучше полностью исключить контакты до его выздоровления.

Необходимо избегать контакта с биологическими жидкостями других людей. Для предохранения от гепатитов В и С — в первую очередь с кровью.

В микроскопических количествах кровь может остаться на бритвах, зубных щётках, ножницах для ногтей. Не стоит делить эти предметы с другими людьми.

В медицинских учреждениях принимаются все меры профилактики заражения гепатитами.

Половым путём чаще всего передаётся гепатит В, но возможно заражение и гепатитом С. Если от многих других заболеваний, в том числе от ВИЧ-инфекции, гепатита С, не существует специфической защиты, от гепатита В, гепатита А имеется надежная защита – эффективная вакцина. Чтобы быть совершенно спокойным, необходимо провести вакцинацию.