

О профилактике вирусного гепатита А **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Гепатит А - острое инфекционное заболевание вирусной этиологии, характеризующаяся поражением печени и проявляющаяся синдромом интоксикации, увеличением печени и нередко желтухой. Вирус гепатита А, вызывающий заболевание, способен длительное время сохранять свои свойства: в течение нескольких месяцев при температуре +4 °С, несколько лет — при температуре -20 °С и несколько недель — при комнатной температуре. Он устойчив к физико-химическим воздействиям (кипячению, ультрафиолетовому облучению, дезинфицирующим средствам). Вирус гепатита А считается одной из самых частых причин инфекционных заболеваний с фекально-оральным механизмом распространения. Ежегодно в мире регистрируется около 1,4 миллиона случаев заболевания.

Источником инфекции являются больные в инкубационном, продромальном периодах и в начальной фазе болезни, больные с безжелтушной формой инфекции. Преобладающий механизм заражения вирусом гепатита А – фекально-оральный, пути передачи - водный, пищевой и контактно-бытовой. Восприимчивость к вирусу высокая, преимущественно заболевают дети в возрасте 3–12 лет и лица молодого возраста.

Гепатит А часто называют болезнью «немытых рук». Больной человек выделяет вирус с фекалиями и мочой. В организм здорового человека вирус попадает с рук во время еды или курения, с загрязненной вирусом пищи, водой, предметами обихода. От момента заражения до начала заболевания может пройти от 7 до 50 дней, чаще 10 - 14 дней. Начало заболевания напоминает симптомы гриппа или острой кишечной инфекции: повышение температуры тела, слабость, недомогание, головная боль, боли в мышцах, снижение аппетита, тошнота, рвота, жидкий стул, боли в правом подреберье или в области желудка. Вслед за этими симптомами на 3 - 5 день болезни появляется желтушность кожи и склер. Заболевание может также протекать и без проявления желтухи, в стертой, скрытой «безжелтушной» форме. Период выздоровления и полного восстановления функций печени длится 6 и более месяцев. Переболевший человек приобретает стойкий пожизненный иммунитет.

Основные меры профилактики:

- обязательно мыть руки с мылом после прогулки, поездки в общественном транспорте, посещения туалета и перед едой;
- избегать употребления воды из незнакомых источников, при нахождении в природных условиях стараться использовать бутилированную или кипяченую воду;
- тщательно обрабатывать перед едой овощи и фрукты, особенно употребляемые без термической обработки, зелень, сухофрукты (чтобы избавиться от незаметных глазу загрязнений, зелень лучше замочить на 10 минут в 3 % растворе уксусной кислоты или 10 % растворе поваренной соли, с последующим ополаскиванием кипяченой водой);

- при приготовлении пищи обеспечивать достаточное время термической обработки;
- не приобретать продукты питания с рук, в несанкционированных местах;
- при выборе готовых продуктов в предприятиях общественного питания обращать внимание на условия их хранения и реализации.
- не использовать чужие предметы личной гигиены и не одалживать свои другим людям;
- не забывать о своевременной обработке детских игрушек, предметов обихода, предназначенных для детей, особенно младшего возраста.

Самый надежный способ защиты от вирусного гепатита А – это вакцинация! Однократное введение вакцины защищает от инфекции, однако для более длительного сохранения иммунитета необходимо повторное ее введение. Как правило, вакцинация взрослых и детей проводится двукратно с интервалом 6-18 месяцев. Все вакцины против гепатита А практически не имеют противопоказаний и могут применяться в любом возрасте. Вакцинацию против вирусного гепатита А рекомендуется сделать перед выездом на отдых или работу в страны, эндемичные по заболеваемости вирусным гепатитом А, при этом прививку нужно сделать не менее чем за 2 недели до отъезда, чтобы успел выработаться иммунитет.

Прививку также следует делать лицам, ранее не болевшим вирусным гепатитом А, находившимся в контакте с больным по месту жительства или работы.

Проведение вакцинации требуется для отдельных профессиональных групп населения, имеющим высокий риск заболевания вирусным гепатитом А (медицинским работникам, персоналу детских дошкольных организаций, работникам сферы обслуживания населения, занятым на предприятиях пищевой промышленности и общественного питания, работникам предприятий по обслуживанию водопроводных и канализационных сооружений), на что необходимо обратить внимание работодателям.

Профилактика гепатита А

Гепатит А - это острое инфекционное заболевание, при котором вирус поражает клетки печени, вызывая в них воспалительный процесс.

Гепатитом А регистрируется и среди детей, и взрослых. В заболеваемость вовлекаются дети, посещающие детские образовательные учреждения.

Источником заражения является больной человек. Вирус, который больной выделяет с испражнениями, слюной, попадает в воду, почву, на овощи и фрукты, продукты питания, посуду, белье, предметы обихода.

В окружающей среде вирус сохраняется длительное время, при кипячении погибает через 5 минут, а дезинфицирующие средства убивают его в течение 30-60 минут. При комнатной температуре в сухой среде сохраняется неделю, в воде - 3-10 месяцев, в экскрементах - до 30 суток.



От момента попадания вируса в организм человека до первых проявлений заболевания может пройти от 15 до 50 (в среднем 30) дней. В этот период больной наиболее опасен для окружающих: не зная о своем состоянии, он выделяет вирус в окружающую среду, ведя активный образ жизни.

Проявление заболевания начинается с повышения температуры тела, кашля, насморка, снижения аппетита, такое состояние зачастую расценивается как ОРВИ. Больной отмечает кратковременное потемнение мочи и осветления кала. Затем изменяется цвет кожи, слизистых оболочек и склер, которые приобретают желтушный оттенок, иногда с мелкоточечными высыпаниями. Желтушный период может длиться от нескольких дней до нескольких недель. Но для полной нормализации самочувствия нередко требуется 6-12 месяцев.

Особенностью вирусного гепатита А у детей младшего возраста является то, что болезнь может протекать без желтухи, с нарушением функции желудочно-кишечного тракта. А у подростков последние годы стали часто отмечаться случаи с затяжным течением, когда изменения функции печени сохраняются до нескольких месяцев. В зрелом возрасте, после 40 лет, инфекция протекает в тяжелой форме.

Осложнения заболевания развиваются очень редко, при несвоевременно начатом лечении, - это почечная кома, переход в хроническую форму, воспалительные процессы в желчевыводящих путях.

Самым надежным средством профилактики гепатита А является вакцинация, которую можно проводить детям с возраста 1 года и взрослым. Прививки безопасны. Незначительная болезненность в месте укола исчезает через 2-3 дня.

Меры неспецифической профилактики такие же, как при острых кишечных инфекциях: тщательное мытье проточной водой овощей и фруктов с последующим обдаванием кипятком, соблюдение технологии приготовления блюд и сроков реализации продуктов и правил личной гигиены (мытьё рук после прогулки, работы, мест общественного пользования, перед приготовлением пищи и перед едой).

Больной человек госпитализируется, а члены семьи наблюдаются участковым врачом один раз в неделю в течение 35 дней. Наблюдение в детских и подростковых образовательных учреждениях за контактными детьми и взрослыми после изоляции больного ведется ежедневно. При появлении у них таких признаков заболевания, как насморк, кашель, повышение тела, недомогание, необходимо лабораторное исследование сыворотки крови. Это позволяет выявить заболевание на ранних сроках, своевременно начать лечение и предотвратить распространение инфекции.

Будьте внимательны к своему здоровью и здоровью детей!