

28 июля — Всемирный день борьбы с гепатитом: что важно знать каждому?

Ежегодно **28 июля** под эгидой Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) отмечается **Всемирный день борьбы с гепатитом**. Эта дата была выбрана в честь дня рождения лауреата Нобелевской премии профессора Баруха Самюэля Блумберга, который открыл вирус гепатита В и разработал первую вакцину против него.

Цель этого дня — привлечь внимание широкой общественности к проблеме вирусных гепатитов, рассказать о методах их диагностики и профилактики, а также развеять опасные мифы, которые мешают людям своевременно обращаться за помощью.



Что такое гепатит и почему он опасен?

Гепатит — это воспаление ткани печени, важнейшего органа, выполняющего роль главного фильтра нашего организма. Печень очищает кровь от токсинов, участвует в пищеварении, кроветворении и обмене веществ.

Самой частой причиной воспаления печени являются вирусы. Всего науке известно пять основных вирусов гепатита, которые принято обозначать латинскими буквами: **А, В, С, D и Е**.

Коварство вирусных гепатитов заключается в том, что они могут годами и даже десятилетиями протекать скрытно, без каких-либо выраженных симптомов (без боли, желтухи или высокой температуры). Человек чувствует себя абсолютно здоровым, в то время как вирус медленно разрушает клетки печени. Без своевременного лечения хронические гепатиты В и С могут привести к тяжелым осложнениям — **циррозу и раку печени**.

Разбираемся в буквах: как передаются вирусы?
Все вирусы гепатита по способу передачи и течению болезни делятся на две основные группы:

1. «Болезни грязных рук» (Гепатиты А и Е)

- **Как происходит заражение:** через загрязненную воду, пищу (особенно немытые овощи, фрукты, плохо проваренные морепродукты), грязную посуду и руки.
- **Особенности:** протекают преимущественно в острой форме (с температурой,

слабостью, иногда пожелтением кожи и белков глаз). Эти виды гепатита, как правило, не переходят в хроническую форму и заканчиваются полным выздоровлением.

- **Профилактика:** строгое соблюдение правил личной гигиены (мытьё рук с мылом перед едой и после туалета), употребление только кипяченой или бутилированной воды, тщательное мытьё продуктов. Против гепатита А разработана эффективная и безопасная вакцина.

2. «Кровные» инфекции (Гепатиты В, С и D)

- **Как происходит заражение:** вирус попадает напрямую в кровь или на поврежденные слизистые оболочки. Это может случиться:

- при использовании нестерильных инструментов для татуировок, пирсинга, татуажа, маникюра и педикюра (особенно в домашних условиях)

- при совместном использовании чужих бритв, маникюрных приборов, зубных щеток;
- при незащищенных половых контактах (особенно характерен для гепатита В);
- от инфицированной матери ребенку во время беременности или родов;
- при немедицинском внутривенном введении препаратов общими шприцами.

- **Особенности:** именно эти вирусы чаще всего переходят в скрытую хроническую форму. Гепатит С за его способность годами маскироваться под обычную утомляемость называют «ласковым убийцей».

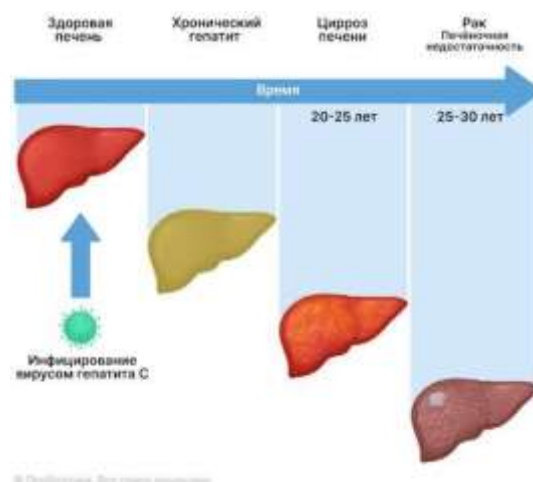
Вакцинация — самая надежная защита

Самым эффективным оружием против гепатита В является **вакцинация**. В Республике Беларусь прививка против гепатита В внесена в Национальный календарь профилактических прививок.

Важный факт: Своевременная прививка от гепатита В автоматически защищает человека и от гепатита D (дельта), так как вирус дельта не может размножаться в организме без присутствия вируса гепатита В. К сожалению, вакцины против гепатита С на сегодняшний день не существует из-за высокой изменчивости вируса. Поэтому защита от него строится исключительно на соблюдении мер личной безопасности.

Современная медицина: гепатит С полностью излечим!

Еще несколько лет назад диагноз «хронический гепатит С» звучал как приговор, требующий тяжелого, длительного и малоэффективного лечения. Сегодня ситуация кардинально изменилась.



- Курс лечения представляет собой прием таблеток.
- Препараты практически не вызывают побочных эффектов.

Важно для граждан Республики Беларусь: В нашей стране действует государственная программа, в рамках которой пациенты с хроническим гепатитом С могут пройти лечение современными высокоэффективными препаратами **абсолютно бесплатно** за счет средств бюджета.

Что нужно сделать каждому? Чек-лист здоровья

Чтобы защитить себя и свою семью, специалисты санитарной службы рекомендуют:

- 1. Узнайте свой статус.** Сдайте простой анализ крови на маркеры гепатитов В и С. Это особенно важно сделать, если вы когда-либо делали татуировки, маникюр в сомнительных местах, переносили хирургические операции или переливание крови.
- 2. Проверьте прививочный анамнез.** Убедитесь, что вы и ваши дети привиты против гепатита В.
- 3. Будьте бдительны в бьюти-салонах.** Выбирайте только проверенные косметические кабинеты и тату-студии. Следите, чтобы мастер вскрывал стерильный инструмент (из крафт-пакета) исключительно в вашем присутствии.
- 4. Соблюдайте личные границы.** Никогда не пользуйтесь чужими бритвами, зубными щетками, пилочками и ножницами для ногтей.

***Здоровье вашей печени зависит от вашей бдительности. Пройдите тестирование
- защитите свое будущее!***

Статью подготовил:

Помощник врача-гигиениста

В.В.Хмелевская