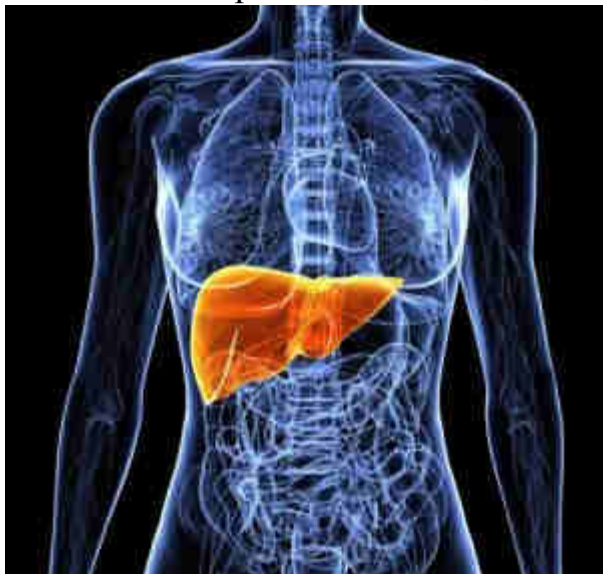


Профилактика вирусного гепатита А

Вирусный гепатит А – острое инфекционное заболевание, протекающее с преимущественным поражением печени. Возбудитель гепатита – вирус, который устойчив к факторам внешней среды, способен длительно сохраняться в воде, пищевых продуктах, сточных водах.



Источником инфекции при вирусном гепатите А является больной человек, который выделяет вирусы в окружающую среду с испражнениями, мочой.

Для возникновения заболевания достаточно попадания в организм нескольких вирусных частиц, поэтому инфекция легко распространяется, и заболеть может каждый.

В организм здорового человека вирус проникает через грязные руки во время еды или курения, при употреблении загрязненной вирусами воды, овощей и фруктов, опасны блюда, приготовленные из недостаточно термически обработанных морепродуктов, при купании в водоемах.

После попадания вируса в организм здорового человека проходит скрытый, так называемый инкубационный период, который при гепатите А длится от 7 до 50 дней. Затем начинается проявление болезни: повышается температура тела, появляется головная боль, боли в правом подреберье, тошнота, нередко рвота, моча темнеет, кал обесцвечивается, склеры глаз, слизистые оболочки, кожные покровы приобретают жёлтую окраску. Заболевание может протекать и без проявления желтухи в стертой, скрытой форме.



Вирус гепатита А начинает выделяться с испражнениями больного значительно раньше, чем появляется желтуха, поэтому больной, независимо от тяжести заболевания, наиболее заразен в конце инкубационного периода и весь преджелтушный период.

Обращаться к врачу необходимо при появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи.

Меры профилактики вирусного гепатита А просты и доступны каждому:

- тщательно мойте руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета, после возвращения с улицы;
- используйте для питья бутилированную или кипяченую воду;
- мойте фрукты, зелень, овощи проточной питьевой водой;
- покупайте продукты в местах санкционированной торговли;
- храните отдельно сырые и готовые к употреблению пищевые продукты;
- купайтесь в водоемах только в специально отведенных местах отдыха;
- во время купания в водоемах, бассейнах не заглатывайте воду.



Если больной вирусным гепатитом А не госпитализирован в инфекционный стационар и остался дома, нельзя допускать общения с ним детей и взрослых, кроме тех, кто непосредственно занят уходом. Больному необходимо выделить индивидуальное полотенце, отдельную посуду, которую после мытья следует обдать кипятком. В квартире ежедневно проводится влажная уборка с применением дезинфицирующих средств (следует обратить особое внимание на обработку дверных ручек, водопроводных кранов, всех поверхностей в туалете).

**Эти простые правила помогут
Вам и Вашим близким сохранить здоровье**