

Возможности защиты от различных инфекционных заболеваний с давних времен и по сегодняшний день имеют свою актуальность. Многие болезни, еще несколько десятилетий назад уносившие десятки и сотни тысяч жизней, сегодня или полностью уничтожены, или регистрируются в виде единичных случаев. К таким болезням можно отнести вирусные гепатиты.

Вирусный гепатит – это инфекционное заболевание поражающее печень, вызванное вирусами типа А, В, С и другими. Они могут протекать остро, хронически и стерто, но всегда несут угрозу для жизни. Вирусные гепатиты проявляются не только желтухой, увеличением печени в объемах и ее болезненностью, но и головной болью, высокой температурой, тошнотой и рвотой.

Необходимо знать, что от некоторых вирусов, к примеру С, избавиться практически невозможно, а все меры лечения сводятся к снятию симптомов и затормаживанию репродукции вируса.

Вирусы гепатитов передаются преимущественно с биологическими жидкостями человека, но имеют высокую устойчивость во внешней среде – способны сохраняться в воде и на иглах до двух-трех недель. Кроме того, необходимо учитывать, что гепатит В и С – самые страшные его формы, передаются от матери к плоду.

Профилактика гепатита А

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;

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.

Профилактика гепатитов В и С

Наиболее опасными среди всех инфекционных гепатитов являются именно те, которые вызваны типами В и С. Они имеют не только сходную клиническую картину и потребность в интенсивном курсе лечения, но и общие пути заражения. Наиболее часто заражение происходит при использовании нестерильных медицинских инструментов, переливании крови, половым путем и от матери к плоду, намного реже гепатиты В и С передаются при совместном использовании предметов гигиены – зубных щеток, полотенца, салфеток.

Меры профилактики включают:

Избегайте распутной половой жизни, при случайных половых связях, либо с мало знакомым партнером – используйте презерватив.

Наркомания – особый диагноз. Стоит ли говорить о том, что наркотики употреблять не следует? Если вы все же это делаете, то не используйте бывшие в употреблении шприцы и иглы - они могут содержать вирусы гепатита.

Не используйте предметы личной гигиены совместно с другими людьми.

Гепатиты передаются от матери к плоду. Тем не менее, это не приговор для малыша – беременной женщине необходимо обратиться к врачу, который назначит курс лечения. В сочетании с высокой дисциплиной и личной гигиеной пациентки, лекарства в большинстве случаев позволяют избежать заражения. Острый гепатит В может перерасти в хроническое заболевание - воспалительный процесс в печени длится более 6 месяцев от начала острого процесса.

Для профилактики гепатитов А и В можно и нужно прививаться, поскольку вакцинация – наиболее эффективная мера по предотвращению заболевания.

Соблюдая эти нехитрые правила вы будете здоровы.