

К числу самых распространенных заболеваний человека относятся **вирусные гепатиты**. По данным Федерального центра Госсанэпиднадзора в России ежегодно регистрируется около 70 000 случаев гепатитов вирусной природы, в том числе в Краснодарском крае – 1300-1400. На сегодняшний день известно несколько вирусов, вызывающих воспаление печени. Наиболее распространены вирусы гепатитов А, В, С, D, Е. Основным диагностическим признаком любого вида гепатита является желтуха (пожелтение кожи и слизистых оболочек) и боли в правом подреберье. Кроме того, при постановке диагноза учитываются данные биохимических анализов крови, мочи и кала. В ложных случаях прибегают к биопсии печени, при которой на анализ берется небольшой кусочек ткани.

## Вирусный гепатит А (ВГА)

Из всех вирусных гепатитов ВГА – наименее «зловредный», хотя пренебрегать им и не соблюдать рекомендаций врача нельзя ни в коем случае, поскольку он может дать осложнения (заболевания желчного пузыря и протоков). Вирус гепатита А поражает только человека, в организме животных он не выживает. Поэтому **основной источник инфицирования – больной человек с любой формой заболевания.**

В окружающую среду вирус в основном попадает с фекалиями, главный путь заражения – фекально-оральный, поэтому ВГА называют «болезнью грязных рук». Но заражение может происходить и через воду, посуду, игрушки, предметы личной гигиены, а на работе – даже через инструменты, которыми пользовался больной. Несоблюдение самых элементарных правил гигиены открывает прямой путь для проникновения вируса в организм. Вирус, попадая человеку через рот, в кишечнике всасывается в кровь и попадает в печень.



Здесь он начинает интенсивно размножаться. В ткани печени начинается воспалительная реакция, отток желчи нарушается, размер печени увеличивается. Желчь и билирубин попадают в кровоток, в результате чего кожа и слизистые принимают характерный желтушный цвет.

### Профилактика.

Основная профилактика заболевания гепатитом А должна проводиться нами самими. Прежде всего, это соблюдение элементарных правил гигиены, о которых вроде бы знают все, но которым, как показывают беседы с пациентами и даже социологических опросов, далеко не все следуют.

- Самое главное правило – мойте руки после туалета, перед едой, после работы, после улицы.
- Никогда не употребляйте в пищу немытые овощи и фрукты, даже со своего любимого огорода.
- Находясь на природе или на даче, никогда не пейте некипяченую воду.
- Следите за детьми, приучайте их с раннего возраста соблюдать личную гигиену, не разрешайте маленьким детям брать в рот игрушки, особенно те, которыми играют другие.

**Если кто-то из ваших родственников, проживающих с вами, заболел, проведите полную дезинфекцию помещения, если это ребенок, продезинфицируйте все его игрушки.**

## Вирусный гепатит В (ВГВ)

Гепатит В – это одна из самых распространенных в мире инфекций. Ежегодно от нее умирают свыше 2 миллионов человек. Коварство вируса гепатита В заключается в том, что хотя переболевший им человек и приобретает длительный иммунитет, но инфекция развивается снова, если в его организм попадает мутировавший (измененный) штамм



вируса. Среди различных способов передачи вируса можно выделить две группы.

### Искусственные:

- при переливании инфицированной крови или препаратов крови;
- при использовании недостаточно стерилизованных инструментов;
- при посещении маникюрных кабинетов, сеансов иглотерапии, прокалывании ушей, при татуировках;
- через шприцы при внутривенном введении наркотиков.

### Естественные:

- контактный – когда зараженная кровь попадает в организм при обычном контакте, если на коже есть раны;
- половой;
- вертикальный – от матери к плоду.
- напрямую (при инъекциях и переливаниях крови) или через поврежденную кожу и слизистую вирус проникает в кровоток, а затем в печень.

Вирус гепатита В встраивается в генетический аппарат клетки печени. Это вызывает значительные трудности при лечении гепатита В. Вирус гепатита В остается в печени долгое время и часто переходит в хроническую форму.

### Профилактика.

В профилактике заболевания ВГВ самую большую ответственность несут медработники. Они обязаны соблюдать все меры предосторожности при любых процедурах, когда происходит контакт с кровью, чтобы не подвергнуть риску ни себя, ни пациентов. Все инструменты и оборудование должны тщательно стерилизоваться, правила безопасности на рабочем месте строго соблюдаться.

Беспорядочные половые связи, несоблюдение элементарных правил безопасности также занимают не последнее место среди причин заболевания ВГВ. Большую роль в профилактике распространения гепатита В играет вакцинация. В нашей стране вакцинация входит в национальный календарь прививок.

## Вирусный гепатит D (ВГД)

Возбудитель ВГД способен размножаться в организме человека только в присутствии вируса гепатита В, встраиваясь в его верхнюю оболочку. Это необходимо ему для синтеза собственной оболочки.

Поскольку сам вирус D не способен размножаться, распространенность ВГД связана с распространенностью гепатита В. Механизмы и пути передачи его такие же, как и вируса В. Заражение может происходить как отдельно вирусом D (человек уже зараженный вирусом В, получает дополнительный «подарок»), так и обоими вирусами сразу. Наибольшее число инфицированных обнаружено среди наркоманов и больных гемофилией. Есть также сведения о высоком риске заражения при сексуальных контактах. Иммунитет после заболевания ВГД нестойкий, и может происходить повторное заражение.

Практически все симптомы те же, что и при заболевании отдельно гепатитом В, но более выраженные и тяжелые – болезнь развивается «молниеносно» и остро. Дельта-инфекция гораздо чаще приводит к перетеканию заболевания в хроническую форму и далее приводит к развитию цирроза или печеночной энцефалопатии.

### Профилактика.

Лечение и профилактика гепатита D те же, что применяются при гепатите В. Вакцина, предназначенная для профилактики гепатита В, защищает и от гепатита D.

## Вирусный гепатит С (ВГС)

Основной источник заражения – больные с острой или хронической формой гепатита С, а также вирусоносители. Передача возбудителя происходит через кровь, реже через другие жидкостные среды организма (мочу, слюну, сперму), поэтому инфицирование при половых контактах

происходит редко, хотя в группах риска, среди лиц, ведущих беспорядочную половую жизнь, уровень заболеваемости высок. До 50-70 % случаев заражения происходит при внутривенном приеме наркотиков. Многие вирусоносители, сами не заболевая, служат источником заражения других. Кроме того, многие формы хронического гепатита, скорее всего, напрямую связаны именно с вирусом С.



Вирус гепатита С с кровью проникает не только в клетки печени, но и в другие органы и ткани, где начинает размножаться. И основную роль в развитии заболевания играет, насколько известно на сегодняшний день, не столько повреждение клеток печени (хотя оно может быть значительным), сколько аутоиммунные реакции организма. Механизм поражения печеночной клетки такой же, как и при гепатите В. Острый гепатит С диагностируется очень трудно, поскольку может протекать практически бессимптомно.

Острый гепатит С дальше может развиваться по трем вариантам:

- выздоровление, которое происходит примерно у 20 % больных по прошествии 6-8 месяцев;
- превращение инфицированного в вирусоносителя (то есть человек сам не болеет, но служит источником заражения других людей);
- развитие хронического гепатита, регистрируемое у 60-70 % переболевших острым гепатитом.

Именно хронический гепатит – это основная форма вирусного гепатита С. Это не осложнение, а именно форма, и причины, почему происходит именно так, еще до конца не выяснены. Переход острого гепатита С в хронический происходит постепенно. В течение нескольких лет происходит постепенное ухудшение состояния тканей печени. В этот период, длящийся иногда 15-20 лет, пациенты чаще всего не считают себя больными.

### Профилактика.

Основные меры профилактики гепатита С те же, что и ВГВ. Доноры, у которых обнаружены антитела к антигенам вируса гепатита С, пожизненно не могут участвовать в сдаче крови. Вакцины для профилактики вирусного гепатита С нет, и перспективы ее разработки весьма неопределенны.

## Вирусный гепатит Е (ВГЕ)

ВГЕ в общих чертах сходен с гепатитом А, но отличается от него действием на печень и симптомами. Заражение происходит при потреблении воды и пищи, в которой содержится вирус гепатита Е. Передача вируса от человека к человеку встречается реже и передается главным образом через фекальное загрязнение бытовых предметов, например кухонной посуды. Печень, скорее всего (полностью механизм действия вируса еще не изучен), – это единственная «мишень» ВГЕ, поэтому болезнь характеризуется главным образом нарушением работы печени и интоксикацией организма.



### Профилактика.

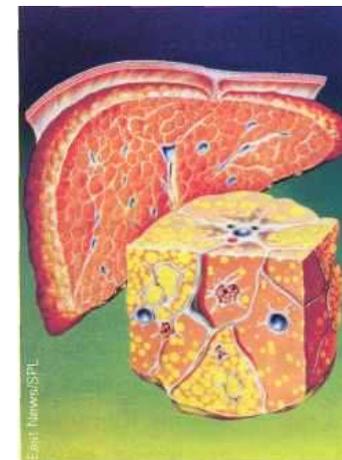
Особенно важны мероприятия общегигиенического и санитарного характера, используемые для профилактики и других кишечных инфекций. Это, прежде всего, защита источников водоснабжения от загрязнений, постоянное хлорирование питьевой воды, санитарный контроль в учреждениях общественного питания, санитарное просвещение населения и т.п. Сейчас начаты исследования, направленные на создание вакцины с помощью генной инженерии.

# Вирусные гепатиты:

*Берегите печень, и в экстренных ситуациях она отблагодарит вас за бережное к себе отношение. Не копайте себе могилу раньше времени, злоупотребляя алкоголем, не занимайтесь самолечением, осторожнее обращайтесь с ядовитыми веществами, не говоря уж о наркотиках.*



*И доверяйте своему врачу, не затягивайте болезнь до той стадии, когда лечение будет трудным, длительным и дорогим. Лучше перестраховаться, чем потом страдать десятилетиями.*



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Как сохранить печень здоровой**

© ГУЗ «Центр медицинской профилактики  
департамента здравоохранения  
Краснодарского края»

г. Краснодар