# Профилактика вирусного гепатита А

В текущем году наблюдается активизация вирусного гепатита А (ВГА). ВГА является распространенным инфекционным заболеванием с фекально-оральным механизмом передачи. Возбудителем инфекции является вирус гепатита А, поражающий печень. Для заболевания характерна цикличность проявлений и осенняя сезонность. В жаркий летний период времени создаются наиболее благоприятные условия для распространения вируса, а проявляется заболевание в осенние месяцы с учетом длительности инкубационного периода (21-35 дней).

При ВГА реализуются водный, пищевой, контактно-бытовой пути передачи инфекции. Чаще факторами передачи вируса является вода, термически не обработанные пищевые продукты, при спорадической заболеваемости чаще имеют значение грязные руки.

При **водном пути** передачи заражение происходит при использовании недоброкачественной питьевой воды, инфицированной вирусом гепатита А в результате аварий на канализационных системах с подсосом стоков в водопроводные сети. Опасность представляет вода рек, озер, морей и других водоемов, загрязненная сточными водами и используемая населением для купания.

**Контактно-бытовой** путь передачи инфекции реализуется при несоблюдении правил личной гигиены. Факторами передачи при этом служат руки, а также все предметы, контаминированные возбудителем инфекции. Инфицирование рук чаще всего происходит в местах общественного пользования, в результате контакта с загрязненными дверными ручками, перилами, через загрязненные предметы обихода (посуда, полотенца, белье, игрушки и т.д.).

К обсеменению практически любых продуктов может привести несоблюдение правил личной гигиены больным ВГА (загрязненные руки), использование контаминированной воды, посуды. Фактором передачи служат термически не обработанные пищевые продукты – фрукты, овощи, салаты, а также загрязненные (обсемененные) готовые блюда – салаты, холодные закуски, винегреты, соки, вяленая дыня, молоко, мороженое и другие.

Продукты могут контаминироваться во время производства на пищевых предприятиях, предприятиях общественного питания и торговли любой формы собственности. Ягоды, овощи, зелень контаминируются вирусом при выращивании на полях орошения или на огородах, удобряемых фекалиями. Морепродукты могут быть инфицированы вирусом при отлове моллюсков в загрязненных сточными водами прибрежных водах.

**Источником инфекции** является больной человек. Вирус выделяется из организма с фекалиями. Наибольшее количество вируса выделяется за 7-10 дней до появления первых симптомов и в первую неделю заболевания. Наибольшую опасность в качестве источника инфекции представляют больные с безжлетушной и бессимптомной формой инфекции, на долю которых иногда до половины от регистрируемой заболеваемости.

Инкубационный период – время от момента попадания вируса в организм до появления клиники составляет от 7 до 50 дней, в среднем 21-35 дней.

Начинается заболевание с повышения температуры тела, слабости, недомогания, головной боли, снижения аппетита, иногда первые симптомы сходны с ОРВИ. Беспокоят тошнота, рвота, задержка стула или жидкий стул, боли в правом подреберье. Через 3-5 дней появляется наиболее яркий признак заболевания – желтуха. Моча приобретает цвет пива, слизистые оболочки, склеры, кожные покровы становятся желтыми, стул обесцвечивается.

Именно желтуха в подавляющем большинстве случаев заставляет обратиться к врачу. Т.е., в период наиболее массивного выделения вируса человек ведет привычный образ жизни и активно распространяет вирус в окружающую его среду.

К тому же болезнь может протекать в безжелтушной или бессимптомной форме, такие случаи очень редко выявляются и регистрируются, что также способствует активному распространению вируса гепатита А.

Течение заболевания обычно среднетяжелое или легкое. Заканчивается выздоровлением. С возрастом частота желтушных и тяжелых форм заболевания увеличивается. Усугубляет течение болезни наличие хронических заболеваний печени, в частности, хронических вирусных гепатитов В и С.

**Профилактика** направлена на разрыв фекально-орального механизма передачи и, прежде всего, на улучшение санитарно-гигиенических условий жизни населения:

* обеспечение доброкачественной питьевой водой, безопасными в эпидемическом отношении продуктами питания;
* создание условий гарантирующих соблюдение санитарных правил и требований, предъявляемых к заготовке, транспортировке, хранению, технологии приготовления и реализации продуктов питания;
* обеспечение повсеместного и постоянного выполнения санитарно-технических, гигиенических норм и правил санитарно-противоэпидемического режима в детских учреждениях, учебных заведениях;
* гигиеническое воспитание населения.

**Как защитить себя от заболевания?**

Наиболее эффективной мерой профилактики является вакцинация. Прививки против ВГА включены в национальный календарь прививок по эпидпоказаниям, иммунизация проводиться за счет средств субъектов Российской Федерации. В Ставропольском крае прививки против ВГА проводятся в эпидемических очагах контактным лицам, при регистрации случая заболевания в детском организованном коллективе прививаются дети и взрослые всего коллектива, также прививки проводятся группам риска при ухудшении ситуации в конкретном населенном пункте.

 Кроме этого от заражения ВГА защищает соблюдение элементарных санитарно-гигиенических правил:

— Мойте руки перед едой и после посещения туалета.

— Пейте воду, из источников гарантированного качества.

— Не употребляйте в пищу не мытые фрукты и овощи.

Эти элементарные меры защитят Вас не только от гепатита А, но и от других кишечных инфекций.

**Группы риска по заболеванию гепатитом А:**

• медицинские работники (врачи, персонал по уходу за больными);

• воспитатели и персонал образовательных учреждений;

• работники сферы обслуживания населения, прежде всего занятые в организациях общественного питания, предприятиях пищевой промышленности;

• работники по обслуживанию водопроводных и канализационных сооружений и сетей;

• лица, выезжающие в неблагополучные регионы и страны, где регистрируется вспышечная заболеваемость гепатитом А;

• контактные лица в очагах гепатита А.