**ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ А. КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ**

[](http://ocge-grodno.by/index.php/news_epid/virusnyj-gepatit-a-kak-izbezhat-zarazhenija/)

***Гепатит A (ВГА/HAV)***

*в прошлом известный как болезнь Боткина, — острое инфекционное заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита A*

В отличие от гепатитов B и C, гепатит А не вызывает хронических заболеваний печени, но может сопровождаться тяжелыми симптомами и иногда протекать в фульминантной форме (с острой печеночной недостаточностью), часто заканчивающейся летальным исходом.

Вирус гепатита А хорошо сохраняется в окружающей среде и может оставаться жизнеспособным, например, при комнатной температуре — в течение нескольких недель, в выделениях больных – до 30 суток. В воде вирус способен сохраняться месяцами, при кипячении погибает в течение 5 минут.

Вирус может попасть в организм следующими путями:

* с водой — заражение возможно при употреблении инфицированной питьевой воды и купании в зараженной воде;
* с пищей — в результате употребления в пищу салатов, зелени, фруктов, ягод, в том числе замороженных, термически необработанных морепродуктов и др.;
* при тесном контакте с больными людьми, через инфицированную посуду, игрушки, предметы обихода.

Передаче вируса способствует тесный контакт с источником, особенно в условиях недостаточного уровня личной гигиены, например, при уходе за больным.

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ**

С момента заражения до начала болезни проходит от 7 до 50 дней, чаще 1,5-2 недели. У больного ухудшается аппетит, появляются боли в правом подреберье, тошнота, нередко — рвота, обесцвечивается стул, темнеет моча, появляется желтушность кожи и слизистых, увеличивается печень.

В ряде случаев начало болезни напоминает грипп: повышается температура, появляется насморк, кашель, ломота во всем теле. В этот период больной очень опасен для окружающих, так как вирус особенно интенсивно выделяется из организма.

Заболевание может протекать и без проявления желтухи, в стертой, скрытой форме.

При появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи, необходимо обратиться к врачу.

По клинической картине гепатит А не отличается от других типов острого вирусного гепатита. Точный диагноз подтверждается путем анализа крови на наличие специфичных для ВГА иммуноглобулинов М (IgM). В дополнение к этому может проводиться диагностика методом полимеразной цепной реакции, позволяющая обнаружить РНК вируса гепатита А.

**ПРОФИЛАКТИКА ГЕПАТИТА А**

Чтобы не допустить заражения, надо соблюдать несколько простых правил профилактики:

* тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;
* откажитесь от покупки продуктов питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;
* не употребляйте воду из случайных источников и «из-под крана», пейте воду только кипяченой. Если вы не уверены в качестве воды, пейте только бутилированную – например, в путешествиях;
* тщательно мойте овощи и фрукты, в том числе имеющие кожуру (бананы, апельсины, мандарины, киви и пр.).
* в домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу храните раздельно;
* тщательно прожаривайте или проваривайте продукты;
* для обработки сырых продуктов используйте раздельные  ножи и доски.

**ВАКЦИНАЦИЯ**

Одной из важных мер **профилактики вирусного гепатита А является вакцинация,** и прежде всего путешественников, туристов, отдыхающих в природных условиях, а также выезжающих в южные страны, где регистрируется высокая заболеваемость гепатитом А. Иммунизация против гепатита А проводится двукратно, с интервалом в 6-12 месяцев. Сформированный иммунитет обеспечит защиту от заболевания вирусным гепатитом А до 15 лет.