**Гепатити: шляхи передачі та профілактика**



 Гепатит – це захворювання печінки запального характеру, як правило, вірусного походження. Щорічно в області хворіють цим недугом понад 400 осіб, у Коломийському районі щомісячно 5-7 осіб. Вірусний гепатит  на сьогодні досить поширене інфекційне захворювання. За даними статистики, кожна десята людина Землі інфікована одним із гепатотропних вірусів. На даний час загальна кількість хворих на вірусні гепатити В і С у світі в 14-15 разів перевищує кількість ВІЛ-інфікованих, яка становить близько 40 млн. осіб. За оцінками українських епідеміологів рівень захворюваності на вірусні гепатити в Україні становить 7-9% від кількості загального населення країни, у країнах Європи цей показник коливається від 0,2% до 2,5%. Розрізняють такі основні види вірусних гепатитів: «A», «В», «С», «D», «Е», «F» і «G», найбільш поширені гепатити А, В, С, Е .

 **Гепатит А** спричиняється вірусом гепатиту А, що потрапляє до організму з їжею або водою. Збудник міститься в крові та виділеннях хворого. Отже, джерелом інфекції є хворий, який обов'язково має бути госпіталізований.

Як уникнути зараження вірусом гепатиту А :

-  використовувати для пиття  та миття посуду лише перекип`ячену воду (воду кип”ятити не  менше 10 хв., дати відстоятися);

-  не використовувати  для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання;

-  при неорганізованому відпочинку  для пиття та приготування їжі мати з собою  запас  питної води (краще бутильовану);

-  перед споживанням овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою, для споживання дітьми – обдати окропом;

-  строго дотримуватись правил особистої гігієни – обов`язково мити руки з милом перед приготуванням та вживанням їжі, після кожного відвідування туалету;

-  не займатись самолікуванням. При появі перших ознак захворювання терміново звернутись до лікаря.

 **Гепатит B і C** - 2 основних типи з 5 різних інфекцій гепатиту - є причиною 96% всіх випадків смерті від гепатиту. Близько 325 мільйонів людей у світі живуть з хронічною інфекцією, викликаною вірусом гепатиту B або вірусом гепатиту C.

Шляхи передачі гепатиту В:

• при народженні від матері до дитини

• незахищені статеві контакти

• небезпечні медичні та інші маніпуляції, пов'язані з контактом з кров'ю (татуювання, пірсинг тощо)

• використання нестерильного ін'єкційного інструментарію при вживанні наркотиків

Гепатит В є небезпечним і для працівників охорони здоров'я, які можуть мати травми від уколів голками при догляді за пацієнтами, інфікованими ВГВ.

Найкращий та найбільш ефективний спосіб попередження інфікування ВГВ - це вакцинація.

 Гепатит С не передається через грудне молоко, харчові продукти або воду, при побутових контактах, наприклад обіймах, поцілунках і споживанні продуктів і напоїв спільно з інфікованою особою.

За оцінками понад 5% українців інфіковані гепатитом С, а це близько 2 млн інфікованих осіб. Наразі в Україні зареєстровано 52 448 хворих на гепатит С.

За даними ВООЗ, за допомогою противірусних препаратів можливо вилікувати понад 95% людей з інфекцією гепатиту С.

Як можна захистити себе?

*Ви можете захистити себе від гепатиту В* за допомогою вакцинації, що формує імунітет в середньому на 20-30 років, а іноді – пожиттєво.

Крім цього, передачі вірусу гепатиту В можна запобігти наступним чином:

• Уникайте контактів з кров’ю та рідинами організму інших людей

• Уникайте непотрібних ін’єкцій: вибирайте пероральні ліки замість ін'єкцій там, де це можливо

• Уникайте випадкових статевих контактів, завжди використовуйте презерватив

• Ніколи не діліться персональними бритвами чи зубними щітками, манікюрними ножицями та іншими засобами індивідуального користування

• Використовуйте тільки стерилізовані інструменти для тату і пірсингу

Вагітним жінкам, в яких діагностовано гепатит В, потрібно порадитися зі своїм лікарем про те, як запобігти передачі гепатиту до вашої дитини

Вакцини проти гепатиту C не існує, тому профілактика інфекції гепатиту С залежить від безпечних медичних  та інших маніпуляцій, що пов’язані з контактом з кров’ю.

*Заходи первинної профілактики гепатиту С*, рекомендовані ВООЗ:

• гігієна рук: миття рук і використання рукавичок, хірургічна обробка рук;

• безпечне здійснення медичних ін'єкцій;

• надання комплексних послуг, спрямованих на зменшення шкоди, споживачам ін'єкційних   наркотиків, включаючи стерильне ін'єкційне обладнання;

• тестування донорської крові на гепатити В і С (а також ВІЛ і сифіліс);

• підвищення інформованості медичного персоналу про шляхи інфікування гепатитом С;

• правильне і регулярне використання презервативів.

 Олексій Косько, лікар епідеміолог, завідувач відділенням