

ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ

Хронический гепатит может развиваться после острого гепатита В и С и особенно в тех случаях, когда заболевший не обратился к врачу и не прошел соответствующий курс лечения. Особенно часто развивается хронический гепатит у тех, кто во время острого гепатита не соблюдает диету, употребляет наркотики, алкогольные напитки, занимается физической работой и поднятием тяжестей, ведет напряженный образ жизни, связанный со стрессами и высокими нервными нагрузками. У хронического гепатита может и не быть выраженных симптомов, но продолжается он много лет, часто переходя в цирроз печени.

ДИЕТА ПРИ ВИРУСНОМ ГЕПАТИТЕ

Диета должна быть механически и химически щадящей.

Запрещаются острые, соленые, жареные блюда, острые приправы и маринады, различные копчености, чеснок, редька, редис, шоколад, торты, свинина, сало, консервы и консервированные напитки, жирные продукты. Разрешаются нежирные кисло-молочные продукты, каши, ненаваристые супы, курица, рыба, нежирные сорта мяса, картофель, овощи.

Рекомендуется обильное питье (до 2 литров в сутки): некрепкий чай, фруктовые и ягодные соки, отвар шиповника. Назначаются поливитамины, лекарственные сборы с желчегонным эффектом.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ГЕПАТИТОМ В и С

- Никогда не занимайся сексом без презерватива.
- Никогда не соглашайся на пирсинг и татуировки, если ты не уверен в стерильности инструментов.
- Никогда не пользуйся чужой бритвой, расческой, зубной щеткой, мочалкой, маникюрными ножницами.
- Никогда не давай другим и даже у друзей не бери использованные шприцы, иглы, вату.
- Избегай контакта с чужой кровью, особенно, если у тебя на руках ранки.

**ПЕРЕДАЙ
ЭТУ ИНФОРМАЦИЮ
ДРУГИМ!**

ГБУЗ

«Городская инфекционная больница»

г. Севастополь, ул. Коммунистическая, 40

Время работы с 8⁰⁰ до 18⁰⁰ часов

Выходной - суббота, воскресенье

Тел. +7 8692-55-21-82

Единый Контакт-центр
Департамента здравоохранения
города Севастополя

8-800-5-800-800

(с мобильных телефонов)

0-800-5-800-800

(со стационарных телефонов)



МИАЦ
ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ

**ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
БОРЬБЫ С ГЕПАТИТОМ**



12+

ЗАЩИТИ СЕБЯ!

ЧТО ТАКОЕ ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ?

Вирусный гепатит – это группа инфекционных заболеваний, сопровождающихся воспалением печени. В зависимости от вида вируса выделяют разные типы гепатитов: А, В, С, D, E и т. д.

ГЕПАТИТ А

ПУТИ ЗАРАЖЕНИЯ

Вирус гепатита А передается через воду, пищу, а также контактно-бытовым путем. Частым источником заражения являются немытые овощи и фрукты, некипяченая вода, грязные руки. Между заражением и появлением первых признаков болезни может пройти от 7 до 50 дней.

СИМПТОМЫ

Начало болезни очень похоже на грипп (высокая температура, озноб, головная боль, ломота в теле и суставах) или пищевое отравление (тошнота, потеря аппетита, рвота, тяжесть в правом подреберье). Через 4-7 дней с появлением желтухи состояние больного улучшается. Желтуха начинается с белков глаз и распространяется по всему телу. Одновременно моча становится темной, а кал светлеет. Появляется кожный зуд. В легких случаях заболевания все эти признаки могут быть незначительными. В тяжелых - могут развиваться смертельно опасные осложнения, что бывает крайне редко.

ЛЕЧЕНИЕ

Лучше всего обратиться к врачу. Но в любом случае, необходимо соблюдать физический покой (не поднимать тяжести!), исключить алкоголь и соблюдать диету.

ПОСЛЕДСТВИЯ

Острый гепатит А, как правило, не переходит в хронический. Выздоровление наступает примерно через месяц. Переболевшие этой формой гепатита не становятся вирусоносителями и не опасны для окружающих. Но на фоне предшествующих заболеваний печени и длительного употребления наркотиков и алкоголя гепатит А может протекать в тяжелой форме.

ГЕПАТИТ В

Вирус гепатита В самый стойкий из всех вирусов, вызывающих гепатит. При температуре 160°C он не погибает больше часа, а при 20°C – 3 месяца.

ПУТИ ЗАРАЖЕНИЯ



Выделяют два пути заражения гепатитом В: естественный и искусственный. Естественными для вируса гепатита В являются:

- половой;
- гемоконтактный путь (общая бритва, мочалка, зубная щетка, маникюрные принадлежности, расческа);
- вертикальный путь (от матери к ребенку во время беременности, родов и кормления).

Вирус **НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ** при поцелуях, через посуду, через общую сигарету.

Между заражением и появлением первых признаков болезни может пройти от 1,5 до 6 месяцев.

СИМПТОМЫ

До появления желтухи у половины больных бывает гриппоподобное состояние, часто сопровождаемое болями в суставах. Желтушный период длится в среднем 3-4 недели. В это время больного мучают боли в правом подреберье, сильная слабость, полное отсутствие аппетита, тошнота, кожный зуд. Моча становится темной, а кал светлеет. Достаточно часто наблюдаются почти бессимптомные формы гепатита В.

ЛЕЧЕНИЕ

Обратиться к врачу необходимо. Соблюдение физического покоя, исключение алкоголя и соблюдение диеты очень важны, но их может оказаться недостаточно для полного выздоровления.

ПОСЛЕДСТВИЯ

Как правило, выздоровление наступает не менее чем через 6 месяцев от начала заболевания. Однако переболевшие этой формой гепатита могут являться вирусоносителями. Острый гепатит В в 10-15% случаев переходит в хроническую форму.

ПРОФИЛАКТИКА

Против гепатита В существует надежная вакцина.



ГЕПАТИТ С

Вирус гепатита С не такой устойчивый во внешней среде, как вирус гепатита В, однако он гораздо опаснее.

ПУТИ ЗАРАЖЕНИЯ

В подавляющем большинстве случаев распространяется искусственным путем, т. е. при нарушении целостности кожи и слизистых оболочек (внутривенное введение наркотиков и немедицинские манипуляции с использованием нестерильных инструментов, переливание крови, нанесение татуировки, пирсинг и т.д.). Более 80% наркоманов заражены гепатитом С.



Крайне редко вирусный гепатит С может передаваться при беременности и сексуальных контактах.

Вирус **НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ** при поцелуях, через посуду, через общую сигарету.

Между заражением и появлением первых признаков болезни может пройти от 1 до 5 месяцев.

СИМПТОМЫ

Коварство гепатита С состоит в том, что он протекает бессимптомно, незаметно. Желтуха бывает редко. Больные жалуются на слабость, быструю утомляемость, ухудшение аппетита, небольшие боли в правом подреберье, однако он приводит к необратимым разрушениям в организме, часто ведущим к смерти. Именно поэтому его окрестили «ласковым убийцей».

ЛЕЧЕНИЕ

Диета, отказ от физических нагрузок, запрет на алкоголь. Медикаментозное лечение существует, однако оно часто невозможно из-за дороговизны и побочных эффектов.

ПОСЛЕДСТВИЯ

Течение гепатита С может длиться многие годы. В 70- 80% случаев острый гепатит С переходит в хроническую форму, а в 20 - 25% - в цирроз печени. В свою очередь, хронический гепатит является одной из главных причин развития рака печени. Такие болезни сами не проходят.