

Информация о возбудителях заболевания у человека — вакцинация и гигиена защищают!

Что такое гепатит А?

Гепатит А — это воспаление печени, вызываемое вирусом. Вирус гепатита А встречается по всему миру. В странах с высокими санитарно-гигиеническими стандартами гепатит А встречается реже. Часть заболевших в Германии заразилась за границей (гепатит путешественника).

Как передается гепатит А?

Вирус гепатита А выводится с калом. Вирус может передаваться от больного человека к здоровому через рот (фекально-оральный путь).

Через продукты питания и воду

Часто вирусом гепатита А можно заразиться в результате употребления в пищу загрязненных продуктов, например, салата или овощей, которые удобряли фекалиями, либо морепродуктов, таких как моллюски или устрицы. Возбудители заболевания могут попасть в организм человека через грязные руки, например, во время приготовления пищи. Загрязненная питьевая вода или вода для ванн и плавательных бассейнов могут также стать источниками заражения.

От человека к человеку

Заражение от человека к человеку возможно при тесном контакте людей, к примеру, при ведении общего домашнего хозяйства или в детском саду. При этом возбудители заболевания переносятся контактным путем через попадание незначительных следов кала на руки или через какие-либо предметы. Кроме того, заражение может произойти через половой контакт, как правило, во время орально-анального секса либо в случаях, когда человек сначала касается пальцами анального отверстия, а затем рта. Также возможно заражение через кровь и препараты крови.

Каковы клинические проявления заболевания?

Гепатит А — особенно у детей — часто протекает с незначительными клиническими проявлениями либо совсем без них. У взрослых в большинстве случаев проявляется в более тяжелой форме. Первыми симптомами заболевания являются тошнота, рвота или боли в животе, а также общая слабость и иногда повышенная температура. Могут появиться такие признаки, как желтуха с желтушностью кожи и слизистой оболочки глаз, темный цвет мочи, обесцвечивание стула и сильный кожный зуд. Проявление симптомов гепатита длится, как правило, от нескольких дней до нескольких недель. Период полного выздоровления занимает обычно еще от двух до четырех недель. У каждого десятого пациента гепатит А длится дольше. Как правило, заболевание полностью проходит без осложнений через несколько месяцев. Очень редко болезнь проходит в угрожающей жизни форме. После выздоровления у пациента формируется пожизненный иммунитет.

Когда начинается заболевание, и как долго человек остается заразным?

Между заражением и появлением первых симптомов заболевания может пройти от 15 до 50 дней, обычно это четыре недели. Риск заражения наиболее высок в период от одной до двух недель до и около недели после появления симптомов заболевания. У младенцев период выведения вируса со стулом длится, как правило, намного дольше, чем у взрослых.

Кто находится в группе риска?

Гепатитом А может заразиться каждый, кто ранее не болел этим заболеванием или не прошел полноценную вакцинацию. В группе повышенного риска заражения гепатитом А находятся, прежде всего:

- ▶ люди, путешествующие в регионы, где распространен вирус гепатита А,
- ▶ люди, состоящие в тесном контакте с носителями вируса гепатита А.

У людей пожилого возраста, а также у людей, ранее перенесших заболевания печени, повышен риск тяжелого течения гепатита А.

Что важно знать в случае заболевания?

- ▶ Целевой терапии в борьбе с гепатитом А не существует. Возможно только лечение таких симптомов, как рвота, или гриппоподобных клинических проявлений.
- ▶ Во время острой фазы заболевания следует избегать физических нагрузок. В зависимости от тяжести течения рекомендован постельный режим.
- ▶ Во время начальной фазы заболевания следует употреблять в пищу продукты с большим содержанием углеводов и низким содержанием жиров.
- ▶ Особенно важно в этот период отказаться от алкоголя.
- ▶ Не стоит заниматься самолечением и принимать какие-либо препараты без назначения врача, это может оказать негативное влияние на печень.
- ▶ Важно регулярно и тщательно мыть руки, особенно после посещения туалета, перед приготовлением пищи и перед едой. Для сушки рук после мытья необходимо использовать собственное полотенце или одноразовые бумажные салфетки.
- ▶ По возможности следует пользоваться собственным туалетом.

Что важно знать в случае заболевания?

- ▶ Примерно в течение двух недель после появления первых симптомов заболевания и в течение одной недели после появления желтухи по возможности следует избегать контактов с другими людьми.
- ▶ Если вы заболели гепатитом А, не занимайтесь приготовлением пищи для других людей.
- ▶ В случае с гепатитом А действуют положения Закона о защите от инфекционных заболеваний. Людям, у которых диагностирован гепатит А или существует подозрение на данное заболевание, временно запрещено посещать общественные учреждения, такие как школы или детские сады, или работать там. Это касается также людей, которые живут с человеком, у которого диагностировали или подозревают гепатит А. Соответствующие лица должны сообщить о заболевании в общественное учреждение. Решение о возобновлении деятельности или посещении общественного учреждения принимает лечащий врач или соответствующий отдел здравоохранения.
- ▶ Пациент, чья профессиональная деятельность связана с продуктами питания, при наличии гепатита А должен временно отойти от дел. Это касается и тех случаев, когда только возникло подозрение на гепатит А.

Как можно защититься?

Вакцинация

Существует вакцина против гепатита А. Постоянный комитет по вакцинации Германии (STIKO) рекомендует делать прививку людям, находящимся в группе риска, в частности:

- ▶ людям, имеющим по причине своих сексуальных предпочтений повышенный риск заражения (например, мужчины, которые занимаются сексом с мужчинами),
- ▶ людям с заболеваниями печени или с заболеваниями, оказывающими влияние на печень,
- ▶ людям, которые часто подвергаются переливанию препаратов крови (например, при гемофилии),
- ▶ наркозависимым, пользующимся шприцами,
- ▶ людям, находящимся в психиатрических или аналогичных учреждениях,
- ▶ людям с повышенным риском заражения в профессиональной или волонтерской деятельности (например, в сфере здравоохранения, в общественных учреждениях или при контакте со сточными водами, например, при работе с системой канализации и очистными сооружениями),
- ▶ людям, путешествующим в регионы, где распространен вирус гепатита А.

Людям, не прошедшим вакцинацию, после контакта с больным гепатитом А следует в течение 14 дней сделать прививку. Люди из особой группы риска дополнительно получают иммуноглобулины.

Гигиена

При контакте с больными гепатитом А соблюдайте соответствующие санитарно-гигиенические правила:

- ▶ Регулярно и тщательно мойте руки.
- ▶ Если вы ухаживаете за больными гепатитом А, используйте одноразовые перчатки.
- ▶ Следите за чистотой, прежде всего, в туалете и на кухне.
- ▶ Возможно использование специальных противовирусных дезинфицирующих средств, если это рекомендовано лечащим врачом или отделом здравоохранения.

При поездках в регионы, где распространен гепатит А, рекомендовано следить за тщательной гигиеной рук и продуктов питания:

- ▶ Пейте исключительно бутилированную или кипяченую воду.
- ▶ Употребляйте в пищу по возможности только те продукты, которые прошли достаточную термическую обработку.
- ▶ Сырые фрукты и овощи очищайте от кожуры непосредственно перед употреблением.
- ▶ Откажитесь от сырых салатов и свежевыжатых соков.

Где можно получить соответствующую информацию?

Дальнейшую консультацию можно получить в местном отделе здравоохранения. Поскольку о случаях заболевания гепатитом А необходимо сообщать, здесь имеется информация о текущей ситуации и большой опыт борьбы с этим заболеванием.

Дополнительную (специальную) информацию можно найти в Интернете на сайте Robert Koch-Institutes (www.rki.de/hav).

Обратите внимание на указания Auswärtigen Amtes для путешественников (www.auswaertiges-amt.de).

Дополнительную информацию о защите от инфекционных заболеваний путем вакцинации можно найти на сайте Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.infektionsschutz.de).



STEMPEL

Издатель:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, г. Кёльн.
Все права защищены.

Составлено совместно с Bundesverband der Ärztinnen und Ärzte des Öffentlichen Gesundheitsdienstes e.V. и по согласованию с Robert Koch-Institut.

Данная информация для граждан доступна для бесплатного скачивания на главной странице www.infektionsschutz.de