

Основные сведения о гепатитах



По заказу Федеральной службы по надзору
в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека в рамках
«Приоритетного национального проекта
в сфере здравоохранения» в 2009 году
Фонд «Российское здравоохранение»



ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ? КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ГЕПАТИТОМ?



На вопрос:

**- Что такое гепатит? - многие ответят:
- Желтуха. И будут правы, но лишь отчасти.**

Желтуха возникает, когда желчь, вырабатываемая в печени, вместо участия в переработке пищи попадает в кровь и придаёт коже характерный желтоватый оттенок.

Попадает она и в мочу, делая её тёмной, а кал, наоборот, лишаясь желчи, становится бесцветным. Такое бывает при воспалении печени, а именно при вирусных гепатитах, когда вирус нарушает нормальную работу органа. Однако не всегда вирусные гепатиты протекают с желтухой. Бывают, и довольно часто, «безжелтушные» формы, которые проходят не так остро, а иногда вообще себя никак не проявляют, в результате приводят к необратимым изменениям в печени.

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ - широко распространенное инфекционное заболевание, занимающее одно из первых мест среди вирусных заболеваний человека. Вирусные гепатиты вызываются различными вирусами, поражающими только печень (А, В, С, D, E, G и др.)

По механизмам заражения и путям передачи выделяют **две группы вирусных гепатитов:**

Через
**воду,
пищу,
грязные руки**
передаются
**вирусные гепатиты
А и Е**

Через
**контакты с инфицированной кровью,
секс,
от матери к ребенку**
передаются
**парентеральные гепатиты
В, D, С, G**



ГЕПАТИТЫ «А» и «Е»

Из всех форм вирусных гепатитов гепатит А является наиболее распространённым.

Гепатит А называют еще болезнью Боткина.
Гепатит Е похож на гепатит А, но начинается постепенно и опаснее для беременных.

Заражение возможно через воду, пищу, и грязные руки



От момента заражения до появления первых признаков болезни проходит от 7 до 50 дней.

Чаще всего начало заболевания сопровождается расстройством пищеварения, ухудшения общего самочувствия, подъёмом температуры и может напоминать грипп.

Спустя 2-4 дня моча темнеет, а кал становится бесцветным. С появлением желтухи состояние больных гепатитом А улучшается.

Заболевание длится от 1 недели до 1,5-2-х месяцев, после чего наступает период восстановления, который может растянуться до полугода.

Предотвратить заражение можно, если:

- употреблять кипячёную воду
- всегда мыть фрукты и овощи
- не пренебрегать термической обработкой продуктов

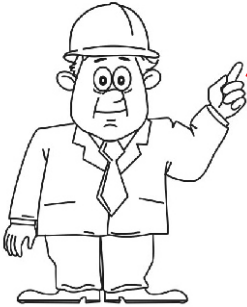
Правило «Мойте руки перед едой» - залог здоровья в данном случае.



Большинство случаев заражения завершается спонтанным выздоровлением и не требует активного лечения. При тяжёлом течении обязательна госпитализация в стационаре.

ГЕПАТИТЫ «В» и «С»

Наибольшую опасность из-за распространённости и тяжёлых последствий заражения представляют вирусы гепатитов В и С



Заражение возможно через

- контакты с инфицированной кровью
- секс
- от матери к ребенку

КАК ПРОЯВЛЯЮТСЯ ГЕПАТИТЫ «В» и «С»?

Любая из форм гепатита начинается с инфицирования, т.е. с проникновения вируса в организм. Но от момента заражения до появления первых признаков болезни проходит разное время: от 50 до 180 дней. По истечении этого периода, во время которого вирус размножается и адаптируется в организме, болезнь начинает проявлять себя.

Сначала, до появления желтухи, гепатит напоминает грипп и начинается с повышения температуры, головной боли, общего недомогания, ломоты в теле.

Вирус **гепатита В** проявляет себя незначительной температурой, болью в суставах, иногда высыпаниями на коже. Начальные проявления **гепатита С** могут ограничиться слабостью и снижением аппетита.

Через несколько дней картина начинает меняться: пропадает аппетит, появляются боли в правом подреберье, тошнота, рвота, темнеет моча и обесцвечивается кал. Врачи фиксируют увеличение печени и, реже, селезёнки. В крови обнаруживаются характерные для гепатитов изменения.

Достаточно часто желтухи может и не быть.



Внимание:

При отсутствии лечения заболевание принимает хроническое течение

КАК МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ ЗАРАЖЕНИЕ?

Вирусы гепатитов В, С, D очень "живучи", то есть устойчивы к воздействию условий внешней среды. Для уничтожения вирусов необходимо соблюдение определенных условий (кипячение в течение 45 минут, автоклавирование при 120 °С в течение - 5 мин, воздействие сухого жара (160 °С) – 2 ч.)

Вирусы очень «контагиозны» - для заражения достаточно микроскопического количества инфицированной жидкости. Риск передачи через кровь для гепатитов очень высок. Гепатит В легко передается половым путем. Гепатит С при сексуальных контактах передается, но редко.



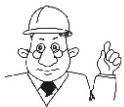
Однако, предотвратить заражение можно, если следовать несложным правилам:

- ❶ **Использование стерильного медицинского инструментария**
- ❷ **Использование презервативов при **каждом** сексуальном контакте**
- ❸ **Строго индивидуальными должны быть зубные щетки, бритвы и другие предметы, которые могут иметь контакт с кровью**
- ❹ **Оборудование для татуировок и пирсинга, должно быть не только индивидуальным, но и стерильным**

Вирусы гепатитов В и С обнаруживаются в **слюне, слезах, моче и кале** инфицированных лиц. При попадании их на поврежденную кожу и слизистые оболочки другого человека есть риск заражения, но он очень мал.

Через неповрежденные наружные покровы (кожа, слизистые оболочки) **вирус не проникает**. Это значит, что контактно-бытовым путем гепатит В и гепатит С не передаются, а также не передаются с пищей, при разговоре и т. д. **Поэтому для окружающих заболевший гепатитом В не опасен.**

КОГДА НУЖНО СДАВАТЬ АНАЛИЗЫ НА ГЕПАТИТ?




Если человек предполагает, когда он мог заразиться, то стоит сдавать анализ не раньше, чем через 1 месяц после опасной ситуации.

Для обнаружения гепатита необходимо сдать специальный анализ крови. Анализ обнаруживает антитела к различным частям вируса гепатита. Эти антитела при гепатите называют **маркерами**. Разные маркеры обнаруживаются в разных фазах болезни. Врач может определить активность заболевания, сравнивая количество разных маркеров в анализах, сделанных с перерывом в несколько недель.

КАКИЕ АНАЛИЗЫ И ОБСЛЕДОВАНИЯ И КАК ЧАСТО НУЖНО СДАВАТЬ ЧЕЛОВЕКУ, ЖИВУЩЕМУ С ГЕПАТИТОМ «В», «С»?

При всех формах гепатитов в первую очередь необходимо сделать:

- 
- ❶ **Биохимический анализ крови** (печеночные ферменты, продукты обмена в печени и др.), который покажет функциональное состояние печени
 - ❷ Выявить **специфические маркеры** гепатитов, различные при каждом виде вирусного гепатита
 - ❸ **ПЦР** на гепатит, который позволяет обнаружить фрагменты вируса и определить его количество - вирусную нагрузку
 - ❹ **Ультразвуковое исследование (УЗИ)** печени и желчевыводящих путей
 - ❺ При необходимости - **биопсию** печени

Если человек чувствует себя хорошо, то эти обследования необходимо делать не реже 1 раза в год (лучше 2 раза в год). Биопсия печени проводится, когда врач-инфекционист считает это необходимым. Если самочувствие ухудшается, то частоту обследования должен определять врач. При ухудшении самочувствия может возникать: **повышенная утомляемость и боли в верхней области живота, потливость, непереносимость жирной пищи** и другие симптомы.

МОЖНО ЛИ ВЫЛЕЧИТЬ ГЕПАТИТ И СТОИТ ЛИ ЭТО ДЕЛАТЬ?

Лечить гепатиты необходимо!

Самолечением заниматься нельзя, потому что можно лишь усугубить течение заболевания. Решение о назначении лечения принимает врач-инфекционист, работающий с вирусными гепатитами, на основе тщательно проведенного обследования пациента. Лечение гепатитов требует комплексного подхода и зависит от стадии и тяжести процесса, которую можно определить только с помощью специальных обследований.

Проблема заключается в том, что лечение достаточно длительное и дорогостоящее, кроме того, не дает 100% гарантии излечения гепатита и иногда может потребоваться повторный курс.

Сейчас активно рекламируются различные лекарственные препараты (гепатопротекторы), которые улучшают функцию печени и влияют на ее восстановление (эссенциале, карсил). Данные препараты не устраняют причину заболевания, то есть не разрушают вирусы, которые вызывают гепатит.

Во многих случаях можно добиться освобождения организма от вирусов гепатита, если применять современную терапию рекомбинантные интерфероны.

В настоящее время интерфероны - самое лучшее средство в лечении вирусных гепатитов.



НУЖНО ЛИ СОБЛЮДАТЬ ДИЕТУ ПРИ ГЕПАТИТЕ?

Да, диета одна из важных составляющих лечения гепатитов. Гепатиты часто затрудняют усвоение жирной пищи, алкоголя, маринадов.

Люди с хроническим гепатитом В или С, которые продолжают употреблять алкоголь, рискуют своей печенью; мало того, противовирусная терапия может оказаться для них неэффективной. Интерферон с осторожностью назначают тем, кто недавно прекратил употребление алкоголя.

Обычно перед началом терапии рекомендуется полугодовое воздержание от алкоголя и строгий отказ от алкоголя на весь период лечения.



Большинство наркотиков перерабатываются в печени.

Если человек с ВИЧ-инфекцией и гепатитом продолжает употреблять наркотики, повышается вероятность передозировки, поскольку печень начинает хуже справляться со своими функциями. Кроме того, употребление наркотиков провоцирует развитие цирроза при гепатите.

Желательно НЕ употреблять при гепатите:

Очень свежий хлеб, слоеное и сдобное тесто, жареные пирожки

Мясные, рыбные и грибные бульоны, окрошку, щи зеленые

Жирные сорта мяса, утку, гуся, печень, почки, мозги, копчености, большинство колбас, консервы

Жирные виды рыбы, копченую, соленую рыбу, консервы.

Лучше ограничить количество сливок, молока 6% жирности, ряженки, сметаны, жирного творога, соленого, жирного сыра

Яйца вкрутую и жареные

Бобовые

Шпинат, щавель, редис, редьку, лук зеленый, чеснок, грибы, маринованные овощи

Острые и жирные закуски, консервы, копчености, икру

Шоколад, кремовые изделия, мороженое

Горчицу, перец, хрен

Черный кофе, какао, холодные напитки

Свиное, говяжье, баранье сало, кулинарные жиры



ПРАВДА ЛИ, ЧТО ГЕПАТИТ ВСЕГДА ПРИВОДИТ К ЦИРРОЗУ ПЕЧЕНИ?

Нет, не всегда.

При **гепатите В** у 5-10% инфицированных людей может развиваться цирроз или рак печени. Такое развитие болезни чаще бывает у мужчин. При **гепатите С** у 20-30% происходит выздоровление; у 20-30% формируется носительство; у 40-60% - хронический гепатит. Приблизительно у половины людей с **хроническим гепатитом С** развивается цирроз. У части людей с циррозом может начаться рак печени - гепатокарцинома.

Без лечения цирроз может сформироваться за 8 - 20 лет.

МОЖЕТ ЛИ ЖЕНЩИНА, ИНФИЦИРОВАННАЯ ГЕПАТИТОМ, РОДИТЬ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА?

Да, если соблюдать определенные условия.

Сложность состоит в том, что нельзя однозначно предсказать вероятность инфицирования плода и определить риск рождения больного ребенка. Дети, рожденные от матерей-носителей вируса **гепатита В**, оказываются инфицированными у 10%, примерно у 15% из них развивается хронический гепатит.



Вероятность заражения плода повышается:

- ❶ Если мать заразилась уже во время беременности.
- ❷ Во время беременности произошло обострение гепатита - количество вируса увеличилось, а иммунная защита недостаточна, то есть антител мало.

Также, риск инфицирования плода повышается, если беременность протекает на фоне иммунодефицита (например, ВИЧ-инфекция, аутоиммунные заболевания, лечение гормонами и др.).

Однако, при **гепатите В** заражение плода преимущественно происходит во время родов. Из всех инфицированных новорожденных почти 95% заразились во время родов, и только 5% заражается во время беременности.

Заражение вирусным **гепатитом С** новорожденных от инфицированных матерей - **очень редкий** случай.

Считается, что лишь 3-5% новорожденных от матерей с положительной реакцией на вирусный гепатит С заражается вирусом.

Хронический гепатит - это состояние, при котором человек заражен и периодически не очень хорошо себя чувствует, потому что болезнь то обостряется, то стихает. Вирус в организме периодически начинает сильно размножаться и медленно разрушает печень.

Носительство - это состояние, при котором человек заражен, но чувствует себя здоровым. Вирус есть в организме, но размножается он очень медленно.

КАК СНИЗИТЬ РИСК ИНФИЦИРОВАНИЯ РЕБЕНКА?

Необходимо очень ответственно подходить к вопросу планирования ребенка в семье. И заранее, до наступления беременности обоим партнерам сдать все необходимые анализы (ВИЧ, гепатиты, сифилис и другие инфекции, передающиеся половым путем).



Существует ряд мероприятий, позволяющих свести риск инфицирования плода к минимуму:

Если гепатитом инфицирован будущий отец, то необходима консультация врача и принятие мер, чтобы женщина в процессе зачатия не инфицировалась. Возможно, ей необходимо будет сделать прививку от **гепатита В**.

Если инфицирована женщина, необходимо обсудить с врачом нужно ли ей получить какое-либо лечение чтобы снизить риск инфицирования ребенка.

Так же необходимо провести **вакцинацию ребенка**, сразу после его рождения. Вакцинация предупреждает заражение ребенка в процессе общения с матерью в послеродовом периоде. Однако, это возможно только при **гепатите В**.

Важно **обсудить с акушером-гинекологом и врачом-инфекционистом**, что безопаснее для ребенка: естественные роды или кесарево сечение, какова вероятность его инфицирования во время родов. По данным исследований в Европе, риск передачи вируса ребенку при кесаревом сечении снижается в 2 - 4 раза.

Вирусы **гепатитов В и С** обнаруживаются в материнском молоке, но риска заражения для ребенка нет, кормление грудью разрешается. Однако **если на сосках появились трещины**, то кормление лучше прекратить до их заживления.

Важно не допустить инфицирования ребенка при уходе, потому что восприимчивость младенца к инфекциям больше, чем у взрослых. То есть, **соблюдать правила гигиены, которые порекомендует педиатр**. Например, недопустимо облизывать упавшую соску и после этого предлагать её ребенку.

ВАКЦИНАЦИЯ

Для профилактики инфицирования вирусными гепатитами «А» и «В» применяются вакцины.



Вакцины, защищающие от гепатита А

Эти вакцины представляют собой убитые вирусы **гепатита А** и обладают высокой иммуногенностью. Вакцина вводится двукратно с интервалом 6-12 месяцев. Длительность защиты с помощью вакцинации не менее 6-10 лет.

*Прививки от **гепатита А** показаны детям начиная с 3 лет и взрослым, ранее не болевшим гепатитом А, а также людям с **повышенным риском инфицирования.***

Вакцины, защищающие от гепатита В

Вакцины надежно защищает человека от заражения **гепатитом В**. Трехкратное введение вакцины по указанной схеме приводит к образованию специфических антител, предотвращающих развитие заболевания гепатитом у 98% привитых.

Иммунитет сохраняется минимум в течение 8-10 лет, но зачастую остается на всю жизнь.

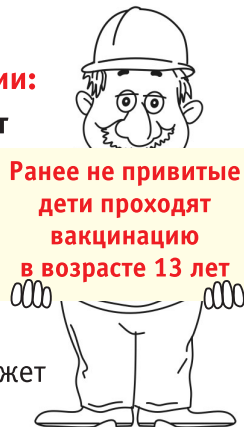
Вакцинация от **гепатита В** введена в календарь прививок детей (грудного возраста) в большинстве стран мира. Ее могут сделать прямо в родильном доме.

Согласно нормативным документам Минздрава России:

- 1** Первую вакцинацию новорожденные получают в течение первых 12 часов жизни
- 2** Вторую вакцинацию выполняют в возрасте одного месяца
- 3** Третью вакцинацию выполняют в возрасте шести месяцев

Поставить вакцины от **гепатита А и В** добровольно может каждый человек. Помните, что вы ответственны за свое здоровье и что во время принятые профилактические меры помогут сохранить вам ваше здоровье.

За подробной информацией обращайтесь в медицинские учреждения своих регионов (медицинские кабинеты на заводе, инфекционные кабинеты).



Ранее не привитые дети проходят вакцинацию в возрасте 13 лет

Содержание

ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ? КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ГЕПАТИТОМ?.....	1
ГЕПАТИТЫ «А» и «Е».....	2
ГЕПАТИТЫ «В», «D», «С», «G»	3
КАК ПРОЯВЛЯЮТСЯ ГЕПАТИТЫ «В» и «С»?	3
КАК МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ ЗАРАЖЕНИЕ?	4
КОГДА НУЖНО СДАВАТЬ АНАЛИЗЫ НА ГЕПАТИТ?	5
КАКИЕ АНАЛИЗЫ И ОБСЛЕДОВАНИЯ И КАК ЧАСТО НУЖНО СДАВАТЬ ЧЕЛОВЕКУ, ЖИВУЩЕМУ С ГЕПАТИТОМ «В», «С»?	5
МОЖНО ЛИ ВЫЛЕЧИТЬ ГЕПАТИТ И СТОИТ ЛИ ЭТО ДЕЛАТЬ?	6
НУЖНО ЛИ СОБЛЮДАТЬ ДИЕТУ ПРИ ГЕПАТИТЕ?	6
ПРАВДА ЛИ, ЧТО ГЕПАТИТ ВСЕГДА ПРИВОДИТ К ЦИРРОЗУ ПЕЧЕНИ?	7
МОЖЕТ ЛИ ЖЕНЩИНА, ИНФИЦИРОВАННАЯ ГЕПАТИТОМ, РОДИТЬ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА?	8
КАК СНИЗИТЬ РИСК ИНФИЦИРОВАНИЯ РЕБЕНКА?	9
ВАКЦИНАЦИЯ	10
ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ	12

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

www.gepatitu.net

**Горячая линия по вопросам,
связанными с вирусными гепатитами:**

8-800-200-5577 бесплатно из любого
региона России

969-2315 для звонков из Москвы



ПРИ НАПИСАНИИ БРОШЮРЫ ИСПОЛЬЗОВАЛИСЬ СЛЕДУЮЩИЕ МАТЕРИАЛЫ:

1. «СПРАВОЧНИК ДЛЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВУЩИХ С ВИЧ/СПИД» -
НГОО «Гуманитарный проект», Новосибирск, 2005г.
2. материалы сайта www.gepatitu.net

Разработано НГОО «Гуманитарный проект»



Составители:

Аврукина Ольга
Василец Надежда
Кириенко Евгения
Бугримова Анна

Тираж экз