

## Профілактика вірусного гепатиту А

Серед збудників кишкових інфекцій у людей, які найчастіше стають причиною інфекційного захворювання, вірус гепатиту А займає одне з перших місць. Щорічно реєструються спалахи захворювання як серед дорослих, так і серед дітей. Практично однаково часто спалахи виникають в організованих колективах і в домашніх осередках.

Вірусний гепатит А – гостре інфекційне захворювання з фекально-оральним механізмом передачі інфекції, переважним ураженням печінки і травного каналу. Збудником хвороби є вірус, джерелом інфекції - хвора людина. Інфекція передається через шлунково-кишковий тракт. Виділяється вірус у навколишнє середовище з випорожненнями хворого і потрапляє в організм здорової людини через забруднені харчові продукти, воду, предмети побуту, брудні руки.

Вірусний гепатит А - сезонне захворювання. Зазвичай збільшення його випадків спостерігається в осінньо-зимовий період. Вірус досить стійкий у навколишньому середовищі і до дії дезінфікуючих засобів, але швидко гине при кип'ятінні (через 5-10 хвилин).

У народі вірусний гепатит А називають хворобою брудних рук. Інкубаційний період у середньому триває 15-35 днів. Ультрафіолетові промені інактивують вірус через одну хвилину. Збудник може деякий час зберігати життєздатність у хлорованій воді з водогону.

Початок захворювання зазвичай гострий, перебіг характеризується послідовною зміною періодів: дожовтяничного, жовтяничного та реконвалесценції.

Симптомами є біль або відчуття важкості у правому підбербер'ї, пожовтіння склер очей, потемніння сечі, нудота, втома, втрата апетиту, блювання. Хворий може інфікувати інших осіб протягом тижня перед появою симптомів та під час першого тижня після проявів клінічних ознак захворювання. Хворі, у яких відсутні клінічні ознаки захворювання, також можуть бути джерелом вірусного гепатиту А. Це найчастіше спостерігається у дітей молодшого віку, у яких захворювання часто протікає без симптомів, та в результаті догляду за такими дітьми відбувається інфікування дорослих і дітей старшого віку.

Найефективнішим специфічним і раннім діагностичним тестом є виявлення в сироватці крові антитіл до вірусу гепатиту А, оскільки вони утворюються у всіх інфікованих незалежно від клінічної форми захворювання.

Важливу роль у профілактиці виникнення та поширення гепатиту А відіграє громадська свідомість та дотримання правил особистої гігієни.

### **Щоб уникнути захворювання, рекомендується:**

1. Ретельно мити руки після відвідування туалету, після перебування на прогулянці, перед приготуванням та вживанням їжі;
2. Вживати доброякісну питну воду, що подається контрольованими водопровідними джерелами централізованого та нецентралізованого водопостачання;
3. Не використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання;
4. При купанні у відкритих водоймах не заковтувати воду;
5. Не вживати продукти, придбані на стихійних ринках;
6. Ретельно мити кип'яченою водою перед вживанням сирі овочі та фрукти;
7. Розливне молоко обов'язково кип'ятити;
8. Дотримуватись технологічного (температурного) режиму приготування їжі.