

Вирусный гепатит — это распространенное и опасное заболевание, предупредить его во многих случаях бывает проще, чем вылечить. Поэтому к первейшим мерам профилактики гепатита на официальном уровне можно отнести постоянную разъяснительную и просветительскую работу. Люди, особенно молодые, должны знать о том, что такое гепатит и как вести себя для того, чтобы избежать этого заболевания.

Гепатит А и гепатит Е, передающиеся фекально-оральным путем, довольно легко предупредить, если соблюдать элементарные правила гигиены: мыть руки перед едой и после посещения туалета, не есть невымытые овощи и фрукты, не пить сырую воду из неизвестных источников. Для детей и взрослых, входящих в группы риска, существует прививка против гепатита А, но в календарь обязательных прививок она не включена. Вакцинация проводится в случае эпидемической ситуации по распространенности гепатита А, перед поездкой в неблагополучные в отношении гепатита районы. Рекомендуется делать прививку от гепатита А работникам дошкольных учреждений и медикам.

Что касается гепатитов В, D, С, и G, передающихся через инфицированную кровь больного, то их профилактика несколько отличается от профилактики гепатита А.

Прежде всего необходимо избегать контактов с кровью инфицированного человека, а так как для передачи вируса гепатита достаточно минимального количества крови, то заражение может произойти при пользовании одной бритвой, маникюрными ножницами и т.д. Все эти приспособления должны быть индивидуальными.

Что касается полового пути передачи вируса, то он менее вероятен, но все же возможен, поэтому половые контакты с непроверенными партнерами должны проходить только с использованием презерватива. Увеличивает риск заражения гепатитом сношение во время менструации, дефлорация, или другие ситуации, при которых половой контакт связан с выделением крови.

Наиболее эффективной защитой от заражения гепатитом В на сегодняшний день считается вакцинация. В 1997 году прививка против гепатита В была внесена в календарь обязательных прививок. Три вакцинации от гепатита В проводятся на первом году жизни ребенка, причем первый раз прививка делается еще в роддоме, через несколько часов после рождения малыша. Подросткам и взрослым прививки против гепатита В делаются на добровольной основе, причем представителям группы риска специалисты настойчиво рекомендуют такую прививку сделать. Напомним, что в группу риска входят работники медицинских учреждений; пациенты, которым проводилось переливание крови; наркоманы; лица, живущие или путешествующие в областях с широким распространением вируса гепатита В; лица, имеющие семейный контакт с больными гепатитом В или носителями вируса гепатита В.

К сожалению, вакцины для профилактики гепатита С на настоящий момент не существует.

Поэтому его профилактика сводится к предупреждению наркомании, обязательному тестированию донорской крови, разъяснительной работе среди подростков и молодежи и т.д. Ваше здоровье — в ваших руках, оно полностью зависит от вашей сознательности.