

## Як захиститись від гепатиту А

У зв'язку із реєстрацією спалаху вірусного гепатиту А на Вінниччині, а також зростанням захворюваності на вірусний гепатит А в інших областях України, рекомендуємо утриматися від використання для пиття, приготування їжі та миття посуду води з шахтних та трубчастих колодязів, каптажів джерел тощо, інформація про якість води яких відсутня.

Вірусний гепатит А (хвороба Боткіна, хвороба брудних рук, жовтуха) – це гостра інфекційна хвороба з фекально-оральним механізмом передачі інфекції, переважним ураженням печінки і травного каналу. Вірус гепатиту А передається від людини до людини, через воду та харчові продукти, забруднені випорожненнями хворої людини, предмети побуту та брудні руки, недотримання правил особистої гігієни.

Джерелом інфекції є хвора людина з будь-якими формами захворювання. Інкубаційний період – 7-50 днів (в середньому 15-45 днів).

Першими проявами захворювання є температура, озноб, головний біль, загальна слабкість, біль у м'язах і суглобах, катаральні явища, ще через декілька днів зникає апетит, з'являються нудота, блювота, деколи біль у ділянці печінки. Потім починається жовтяничний період. Поступово склери очей, слизові оболонки ротової порожнини, шкіра забарвлюються у жовтий колір. Одночасно з появою жовтяниці, а деколи і напередодні, темніє сеча, а кал стає світлим. У цей період хворі найбільш небезпечні для оточуючих за рахунок масивного виділення вірусу у зовнішнє середовище.

Щоб уникнути зараження вірусом гепатиту А необхідно:

- використовувати для пиття кип'ячену воду;
- не використовувати для пиття, приготування їжі та миття посуду воду з незнайомих джерел водопостачання;
- перед споживанням овочів, фруктів та ягід їх необхідно добре промити питною водою, для споживання дітьми – обдати окропом;
- суворо дотримуватись правил особистої гігієни – обов'язково мити руки з милом перед приготуванням та вживанням їжі, після кожного відвідування туалету;
- не займатись самолікуванням, при появі перших ознак захворювання терміново звернутись до лікаря.

Найбільш дієвим етапом з ліквідації захворюваності вірусним гепатитом А є проведення вакцинації. За бажанням можна придбати вакцину в аптечній мережі та звернутись до лікувально – профілактичного закладу для проведення щеплення.