



**Вирусный гепатит А** – острое инфекционное вирусное заболевание, протекающее с поражением печени. Заболевание известно еще со времен Гиппократов, как заразная желтуха, и является одной из самых распространенных инфекций человека. В странах с теплым климатом и плохими санитарными условиями гепатитом А переболевает практически все население. Чаще всего это происходит в детском возрасте.

Возбудитель вирусного гепатита А был открыт в 1973 году. Особенность вируса – устойчивость во внешней среде: при комнатной температуре он сохраняется несколько недель, а при температуре  $-20^{\circ}\text{C}$  – несколько лет; температуру  $+60^{\circ}\text{C}$  возбудитель переносит в течение 10-12 часов, а при кипячении гибнет только через 5 минут.

**Гепатит А** – это инфекционное поражение клеток паренхимы (дольки органа между которыми расположены кровеносные сосуды и желчные протоки) печени специфическим вирусом из семейства Энтеровирусов, передается только от человека к человеку фекально-оральным путем.

Гепатит А обычно протекает достаточно легко (в отличие от других вирусных гепатитов), не имеет тенденции к развитию хронического процесса.

Именно эту патологию в быту продолжают называть «болезнью Боткина». В некоторых случаях гепатит А может лечиться даже дома, а не в больнице, под тщательным врачебным контролем.

### **Как передается гепатит А**

Что это такое, и как передается? Путь передачи вируса – фекально-оральный. Можно заразиться гепатитом А при следующих мероприятиях:

1) Чаще всего заболевание развивается при питье некипяченой воды: не только из водоемов, но и из-под крана (вирус устойчив к хлору, в холодной воде сохраняется месяцами, уничтожается при температуре 100°C).

2) При употреблении в пищу моллюсков и других морепродуктов, обитавших там, куда попадали сточные воды.

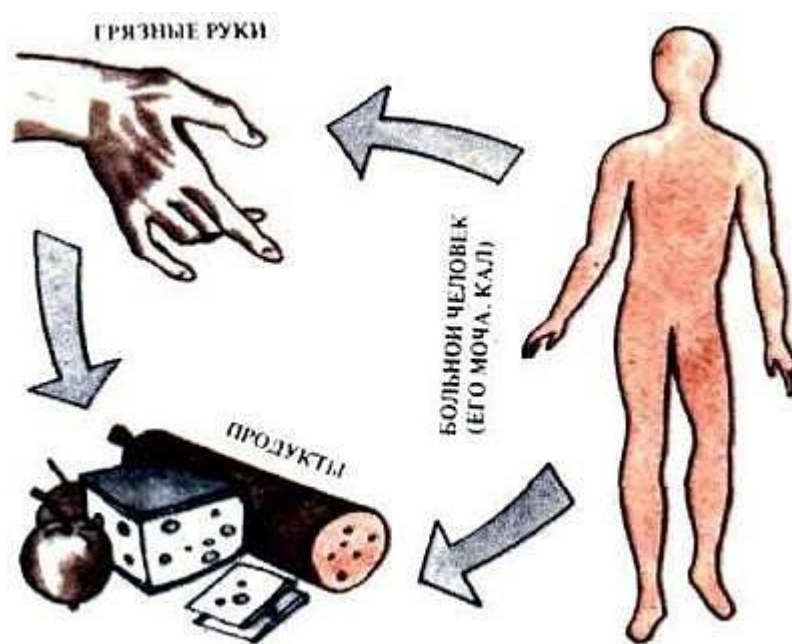
3) При употреблении фруктов и овощей, которые поливались стоячей или той водой, в которую могли попасть экскременты больных, без должной термической обработки.

4) При употреблении тех овощей, ягод или фруктов, которые могли быть вымыты зараженной водой.

5) При пользовании общей посудой и туалетом с больным вирусным гепатитом А (человек становится заразным еще за 2 недели до развития у него каких-либо признаков).

6) Заражение плода во время беременности не доказано.

7) Если в последние дни инкубационного периода или на фоне желтухи перелить кровь больного другому человеку.



Чаще всего болеют люди, проживающие в странах с недостаточным уровнем социальной культуры. Наиболее уязвимы дети и молодые люди. Раньше считалось, что после перенесенного гепатита А формируется пожизненный иммунитет, но сейчас это положение, как и возможность вирусоносительства, пересматривается.

Для болезни характерна сезонность – развивается гепатит А чаще всего летом и осенью.



## СИМПТОМЫ:

ЖЕЛТУХА    ТОШНОТА    БОЛЬ В ЖИВОТЕ



## РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ:

БЛИЗКИЙ КОНТАКТ    ЗАРАЖЕННАЯ ВОДА    СТОЧНЫЕ ВОДЫ



### Симптомы гепатита А

Инкубационный период при гепатите А от 7 до 50 дней (чаще - 15-30 дней). Далее развивается преджелтушный период, который длится 3-6 дней, и включает в себя такие симптомы:

- резко повышается температура, но этого симптома может и не быть;
- слабость;
- ломота в теле;
- головная боль;
- затем снижается аппетит, появляется боль «под ложечкой», тошнота.

Сразу после снижения температуры (обычно) или через 2-3 суток развивается желтушный период, который длится 1-2 недели. Преджелтушный период у женщин и мужчин может протекать без температуры, когда основными симптомами будут слабость, снижение работоспособности, утомляемость, нарушение сна, отвращение к курению. Могут присоединяться вздутие кишечника, понос или запор.

При развитии желтушного периода достигают пика своей интенсивности отсутствие аппетита и тошнота. Первым признаком того, что он наступил, является потемнение мочи (до цвета темного пива).

Затем желтеют склеры (это вначале можно увидеть только постороннему, если попросить заболевшего человека посмотреть вверх), позже – кожные покровы. Вскоре светлеет кал, а степень пожелтения нарастает по своей интенсивности. О том, что начинается выздоровление, будут свидетельствовать: изменение окраски мочи (она уже к вечеру начинает светлеть), потемнение каловых масс.

В период угасания желтухи появляется аппетит, уменьшается слабость и сонливость, постепенно угасает желтуха. Полным выздоровлением считается период, когда врач отмечает уменьшение печени, нормализацию всех лабораторных показателей. При нарушении диеты, режима, неправильном лечении может наступить обострение болезни, которое может характеризоваться или только повторным ухудшением анализов, или возобновлением желтухи и интоксикации.

Вирусный гепатит А может протекать в виде безжелтушной формы, когда наблюдается вся описанная симптоматика, но кожа и склеры человека не желтеют, кал не сильно заметно светлеет; утренняя моча может быть немного темнее, но к вечеру она имеет обычное окрашивание.

Такие безжелтушные формы наблюдаются в 3 раза чаще желтушных, и могут быть обнаружены, если на фоне интоксикации человек сдаст анализ «печеночные пробы», маркеры вирусных гепатитов (в том числе и к вирусу А) или ПЦР-исследование венозной крови на предмет РНК вируса гепатита А.

### **Диета**

Очень важно придерживаться диеты (стол №5). ***Исключаются такие продукты:***

- в остром периоде – мясо, яйца, рыба;
- алкоголь;
- крепкий чай, кофе;
- соки; свежий белый хлеб;
- газированная вода, напитки;
- свежие овощи, фрукты, ягоды;
- жареные и жирные продукты; бобовые;
- кондитерские изделия; грибы; капусту;
- консервы; супы или каши на мясных бульонах;
- жирные кисломолочные продукты.

### ***Разрешено:***

- каши;
- подсушенный хлеб;
- овощные супы;
- некрепкий черный чай с медом или сахаром;
- очень малое количество неострого твердого сыра;
- галетное печенье;
- нежирный творог и кефир;
- небольшое количество подсолнечного масла;
- с 5-6 суток – маленький кусочек сливочного масла.

Режим постельный или полупостельный. Очень важно соблюдать золотое правило – поменьше сидеть (так печень практически не получает кровоснабжения). То есть нужно или лежать, или стоять, ходить. Сидеть – только во время приема пищи.

### **Осложнения гепатита А**

Молниеносное течение, которое почти всегда имеет летальный исход, при вирусном гепатите А встречается крайне редко. Также редко развивается и опасное для жизни поражение головного мозга, которое носит название «острая печеночная энцефалопатия».

На фоне гепатита А возможно обострение или развитие таких заболеваний:

- холецистит;
- панкреатит;
- гастрит желудка;
- язвенная болезнь;
- болезнь Жильбера.

При обострениях гепатита А развиваются:

- артриты;
- васкулиты;
- нефротический синдром (тяжелое поражение почек);
- образование в крови специфических белков – криоглобулинов.

У 90% больных процесс выздоровления идет нормально, но у 10% возникает затяжная реконвалесценция. Летальность при этом заболевании – менее 0,05%. После гепатита А может развиваться кратковременное носительство вируса, когда он обнаруживается в кале.

### **Профилактика гепатита А**

*Неспецифическая профилактика* заключается в:

- соблюдении правил гигиены;
- питье кипяченой воды;
- поливе своего сада и огорода не стоячей водой;
- мытье фруктов, ягод, овощей кипяченой водой;
- обработке посуды и туалета после больного гепатитом А;
- изоляции зараженного человека.

*Экстренная специфическая профилактика* заключается во введении нормального человеческого иммуноглобулина человеку, который

проконтактировал с больным гепатитом А не позже, чем через 2 недели после заражения.

*Плановой профилактикой* против гепатита А является вакцинопрофилактика. Вакцинации подлежат:

- лица, проживающие в регионах, неблагополучных по заболеваемости гепатитом А, а также лица, подверженные профессиональному риску заражения (медицинские работники, работники сферы обслуживания населения, занятые на предприятиях пищевой промышленности, а также обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения, оборудование и сети).
- лица, выезжающие в неблагополучные страны (регионы), где регистрируется вспышечная заболеваемость гепатитом А.
- контактные лица в очагах гепатита А.

Подготовил:  
медицинские сестры  
МАОУ«ОК«Лицей № 3»  
имени С.П.Угаровой»  
отделение дошкольного образования  
«Детский сад «Теремок»  
Хачатурова В.А.  
Серпуховитина И.И.