

## Профилактика вирусного гепатита А

(памятка для населения)

**Вирусный гепатит А** - инфекционное заболевание, вызывает наиболее тяжелые изменения в печени и сопровождается в большинстве случаев желтухой. **Источник** заболевания - больной человек.

**Возбудитель** инфекции - вирус попадает во внешнюю среду с испражнениями больного и загрязняет водоемы, служащие источниками питьевого водоснабжения или купания, а также овощи, фрукты, хлеб, молоко и другие продукты.

**Путь передачи** - контактно-бытовой, через грязные руки больного и загрязненные им предметы. Известны и массовые «водные вспышки». Попав в организм здорового человека, вирус гепатита А не вызывает никаких болезненных ощущений в течение 2-х недель - 6-7 месяцев.

**Симптомы заболевания:** снижение аппетита, частые мучительные тошнота и рвота, чувство тяжести, распирающая и боли в верхней части живота, в подложечной области и правом подреберье, особенно после еды. Возможны и гриппоподобные явления - повышение температуры, общее недомогание, чувство разбитости, боли в горле при глотании, раздражительность, кожный зуд. Каждый человек должен знать, что если моча потемнела или обесцветился кал, появилась желтушность глаз, кожных покровов – следует немедленно обратиться к врачу. При своевременно начатом лечении вирусный гепатит А чаще всего протекает без осложнений.

### Меры профилактики:

- ✓ мойте руки с мылом перед приемом пищи, и после посещения туалета. С ранних лет приучите к этому Ваших детей;
- ✓ перед употреблением в пищу сырых ягод, плодов, овощей, фруктов тщательно их промывайте и обдавайте кипятком;
- ✓ не пейте сырую воду из открытых, случайных водоисточников;
- ✓ купайтесь только в специально отведенных местах (пляжах, бассейнах);
- ✓ не отказывайтесь от профилактических прививок против вирусного гепатита А - по эпидемическим показаниям;
- ✓ в случае появления признаков заболевания - не пытайтесь лечиться сами;
- ✓ при заболевании вирусным гепатитом А не отказывайтесь от госпитализации.

Соблюдение этих советов поможет Вам получить своевременную медицинскую помощь и поможет предотвратить возникновение «пищевых» вспышек и заражение окружающих людей.

## Соблюдайте правила личной гигиены!

Составитель: Галимова Г.А. - специалист-эксперт отдела на транспорте и санитарной охраны территории Управления Роспотребнадзора по Республике Башкортостан

