

Как защитить себя от гепатита

Главный эпидемиолог министерства здравоохранения Свердловской области Александр Харитонов рассказал, как происходит инфицирование различными видами гепатита и почему прививка от него может спасти жизнь.

– Александр Николаевич, как можно заразиться гепатитом?

– На сегодняшний день науке известны несколько видов гепатита: А, В, С и так далее. Гепатитами В и С люди заражаются парентеральным путём, то есть во время непосредственного контакта с заболевшим человеком через кровь и другие биологические жидкости. Основной путь передачи — половой, поэтому очень часто гепатит соседствует с ВИЧ-инфекцией. Внутрибольничные случаи заражения сегодня практически не встречаются, так как проводится тщательная диагностика донорской крови, а медики используют одноразовые инструменты.

Инфицирование гепатитом А чаще всего происходит через некачественную питьевую воду или продукты питания, не прошедшие термическую обработку (при кипячении, тепловой обработке вирус погибает). Бывает, что люди заражаются во время отдыха за границей, где местное население не соблюдает элементарные правила личной гигиены. Ещё одним источником заболевания может стать вода из неправильно оборудованной скважины: люди размещают их слишком близко к туалетам или выгребным ямам, не соблюдая необходимые санитарные нормы.

– Какие существуют меры профилактики? Как защитить себя?

– Просто так гепатиты по воздуху не летают, соответственно, заразиться воздушно-капельным путём невозможно. Чтобы предотвратить заболевание гепатитами В и С, следует, прежде всего, избегать близких отношений с непроверенными, случайными партнёрами и, конечно же, не употреблять наркотики. Люди, пренебрегающие этими правилами, — первые в группе риска. Профилактика гепатита А заключается во внимательном отношении к пище и воде, которые вы употребляете. Во время путешествий пейте только бутилированную воду, принимайте пищу в проверенных местах, а не на улице.

– Можно ли защитить себя с помощью вакцин? Кому прививка доступна бесплатно?

– К сожалению, против гепатита С на сегодня вакцин нет, но есть надёжная защита против гепатитов А и В. Вакцинация против гепатита В входит в национальный календарь прививок. Так, новорождённые дети получают прививку ещё в родильном доме, начиная с первых суток жизни. Отказываться от неё не стоит — вакцина поможет сохранить здоровье вашего ребёнка в будущем. Также мы прививаем взрослое население: тех, кто не получил вакцину в детстве, и тех, чья работа может быть связана с какими-либо биологическими жидкостями человека, у кого высок риск заражения. Общий охват свердловчан прививками против гепатита В составляет более 90%. Благодаря такой планомерной работе уже многие годы на нашей территории нет вспышек данного заболевания.

Желающие могут самостоятельно приобрести вакцину и сделать прививку в любом медицинском учреждении.

Вакцина, несомненно, играет важную роль в профилактике гепатита, однако не стоит уповать только на неё: не менее важны внимательное отношение к своему здоровью и здоровью близких, а также соблюдение правил личной гигиены.