**Памятка по профилактике вирусного гепатита «А»**

**14.06.2021**

Вирусный гепатит «А» - острое инфекционное заболевание. Гепатит «А», как и кишечные инфекции, называют болезнью немытых рук. Заболевание широко распространено в странах с низким уровнем гигиенической культуры.

Гепатитом «А» болеют люди всех возрастов, но чаще – дети, подростки.

Инкубационный период – от 7 до 50 дней.

Источником инфекции является человек с любыми проявлениями болезни (желтушная, безжелтушная, бессимптомная). Больной человек опасен для окружающих со второй половины инкубационного периода, особенно в первую неделю болезни.

Механизм передачи – фекально-оральный (вирус выделяется с фекалиями).

Как можно заразиться вирусным гепатитом «А» ?

Вирус может попасть в организм следующими путями:

• с водой - заражение возможно при употреблении инфицированной питьевой воды и купании в зараженной воде;

• с пищей - в результате употребления в пищу салатов, зелени, фруктов и др.;

• при тесном контакте с больными людьми, через инфицированную посуду, игрушки, предметы обихода.

Передаче вируса может способствовать тесный контакт с источником, особенно в условиях крайне низкого уровня личной гигиены. Например, при уходе за больным.

**Признаки заболевания**

С момента заражения до начала болезни проходит от 7 до 50 дней, чаще 1,5-2 недели (классический период = 35 дней). У больного ухудшается аппетит, появляются боли в правом подреберье, тошнота, нередко — рвота, обесцвечивается стул, темнеет моча, появляется желтушность кожи и слизистых, увеличивается печень.

В ряде случаев начало болезни напоминает грипп: повышается температура, появляется насморк, кашель, ломота во всем теле. В этот период больной очень опасен для окружающих, так как вирус особенно интенсивно выделяется из организма.

Заболевание может протекать и без проявления желтухи, в стертой, скрытой форме. Безжелтушные формы гепатита «А» встречаются достаточно часто —до 70% случаев.

При появлении первых признаков болезни, не дожидаясь появления желтухи, необходимо обратиться к врачу.

Присутствие в группе детского дошкольного учреждения или классе школы больного ребенка создает опасность заражения всего детского коллектива.

Самолечение, учитывая опасность заболевания, недопустимо!

**Профилактика вирусного гепатита «А»:**

• соблюдайте правила личной гигиены -тщательно мойте руки с мылом после возвращения домой с улицы, перед едой и после посещения туалета;

• не употребляйте воду из случайных водоисточников и «из-под крана», пейте воду только кипяченой. Помните, что вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут.

• тщательно мойте овощи, фрукты, ягоды перед употреблением. Не приобретайте продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

• в домашних условиях соблюдайте правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить раздельно;

• для обработки сырых продуктов необходимо пользоваться отдельными ножами и разделочными досками;

• тщательно прожаривайте или проваривайте продукты;

• скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике

*Материал подготовила помощник врача-эпидемиолога ГУ «Дятловский райЦГЭ» Анна Петровна Богдевич*