**Памятка по профилактике вирусного гепатита А**

****

**Вирусный гепатит «А» — серьезное заболевание.**

 **Возбудитель гепатита — вирус, который поражает печень, играющую важную роль в деятельности всего организма. Гепатит «А», как и кишечные инфекции, называют болезнью немытых рук.
Гепатитом «А» болеют люди всех возрастов, но чаще – дети, подростки. Наибольшее число заболеваний приходится на осенне-зимний период. Источником инфекции является больной человек. Вирус гепатита выделяется из организма через кишечник и обнаруживается в фекалиях.
Вирус способен длительное время (особенно в холодное время года) сохранять свои свойства: может сохраняться в течение нескольких месяцев при температуре +4 °С, несколько лет — при температуре -20 °С, несколько недель — при комнатной температуре. В организм здорового человека вирус проникает через грязные руки во время еды или курения, а также с загрязненной вирусом пищей и водой.
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, изменяется характер стула, темнеет моча. Кал обесцвечивается, белки глаз приобретают жёлтую окраску.
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.**

**Родители, будьте внимательны**

**к состоянию здоровья детей!
При появлении первых признаков болезни 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!**

 **ПОМНИТЕ:
• надо выполнять правила личной гигиены, мыть руки с мылом перед едой и после посещения туалета, содержать в чистоте посуду и пищевые продукты.
• Не употреблять воду из случайных водоисточников и «из-под крана», пить воду только кипяченой. Помните, что вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут.
• От заболевания Вас защитит прививка.**

**Памятка: Вирусный гепатит А и его профилактика**

**Вирусный гепатит А (его еще иногда называют желтухой) – это острое инфекционное заболевание, при котором поражается печень. Наиболее ярким признаком заболевания является желтуха, однако, в желтушной форме гепатит А переносят лишь около 20-30 % заразившихся. Хронических форм гепатита А не существует.**

**Заражение вирусом гепатита А происходит так же, как возбудителями острых кишечных инфекций: через грязные руки, овощи и фрукты, воду.**

**При несоблюдении правил личной гигиены, заразиться гепатитом А можно в любое время года, тем не менее вероятность заражения многократно возрастает в летне-осенний период, когда активизируется отдых в природных условиях, на дачах, где  качество питьевой воды не всегда соответствующее, а порой отмечается и дефицит воды.**

**Начало заболевания напоминает симптомы гриппа или острой кишечной инфекции: повышение температуры тела, слабость, недомогание, головная боль, боли в мышцах, снижение аппетита, тошнота, рвота, жидкий стул, боли в правом подреберье или в области желудка. Вслед за этими симптомами на 3-5 день болезни появляется желтушность кожи и склер. Обращаться к врачу необходимо при первых признаках болезни, не дожидаясь появления желтухи.**

**Необходимо помнить о том, что заболевание легче предупредить, чем лечить. Одной из важных мер профилактики вирусного гепатита А является вакцинация, и прежде всего путешественников, туристов, отдыхающих в природных условиях, а также выезжающих в южные страны, где регистрируется высокая заболеваемость гепатитом А.**

**На сегодняшний день в России зарегистрированы и используются для специфической профилактики гепатита А несколько отечественных и зарубежных вакцин, которые предназначены для иммунизации как взрослых, так и детей.**

**Иммунизация против гепатита А проводится двукратно, с интервалом в 6-12 месяцев. Сформированный иммунитет обеспечит защиту от заболевания вирусным гепатитом А до 15 лет.**

**Кроме этого от заражения вирусом гепатита А защищает соблюдение элементарных правил:**

**- Мойте руки перед едой и после посещения туалета!**

**- Не пейте некипяченую воду из открытых водоемов и не мойте ею фрукты и овощи!**

**- Не употребляйте в пищу грязные фрукты и овощи!**

***На сегодняшний день вакцинация является наиболее эффективным способом предотвращения заболеваний гепатитом А, а, значит, сохраняет наше здоровье!***