**Профилактика вирусного гепатита «А»**

**Детское поликлиническое отделение №12 СПб ГБУЗ ГП№37**

**Прислушайтесь к рекомендациям врача педиатра участкового!**

**Что такое вирусный гепатит? Как уберечь себя и своих близких от этого заболевания? Эти вопросы часто возникают в повседневной жизни.**

**Вирусный гепатит «А»** – острое инфекционное заболевание, протекающее с преимущественным поражением печени. Возбудитель гепатита – вирус, который относится к кишечной группе вирусов.

**Источником инфекции** является больной человек. От больного вирус выделяется в основном с испражнениями, меньше – с мочой.

**Как же происходит заражение?** В организм человека вирус заносится грязными руками или при употреблении продуктов, овощей, фруктов. Заражение может произойти при купании в водоемах, загрязненных хозяйственно-фекальными стоками.

**После заражения начинается инкубационный период гепатита «А», который чаще протекает бессимптомно или с небольшими проявлениями простудного заболевания и длится обычно 14-28 дней.**

Симптомы гепатита «А» могут быть как легкими, так и тяжелыми. Гепатит «А» может протекать в желтушной форме, т.е. с проявлением желтушного окрашивания слизистых глаз, кожных покровов. Но могут быть, чаще у детей, и безжелтушные формы. При той и другой форме заболевания, прежде всего поражается печень, что проявляется ощущением тяжести в правом подреберье, увеличением размеров печени,  повышается температура тела, появляется головная боль, снижается аппетит, наблюдаются вялость, тошнота, рвота. У большинства заболевших детей отмечаются катаральные явления, покраснение зева. Моча темнеет, приобретает цвет темного пива, фекалии же наоборот светлеют.

В случае возникновения **данных симптомов**, необходимо обратиться **к врачу**, пройти необходимые лабораторные обследования и исследования.

**После перенесенного заболевания остается стойкий, пожизненный иммунитет.**

**Меры профилактики** гепатита «А» просты и доступны каждому; это:

1. На сегодняшний день самым **эффективным методом** профилактики вирусного гепатита «А» **является вакцинация**. Используются разные вакцины : "Аваксим" - с 1 года ; "Хаврикс 720" - для детей с 1 года, "Хаврикс 1440" - для взрослых; "Альгивак М" - для детей с 3 лех,

## Вакцинация проводится двукратно с минимальным интервалом 6 мес, иммунитет после вакцинации сохраняется до 20 лет!

2) Строгое соблюдение правил личной гигиены. Мыть руки перед едой, после посещения туалета, при возвращении с работы, прогулки и т.п.

3 ) Мытье и достаточная термообработка продуктов питания.

4) Не купаться летом в не положенных местах ( водоемы не проверены на наличие возбудителеей заболеваний).

**Соблюдение этих правил поможет Вам сохранить свое здоровье!**

Врач- педиатр участковый

ДПО№12 ГП№37

Мироненко А.В.

22.03.19г