

# Профилактика гепатита А

Неспецифическая профилактика гепатита А сводится к соблюдению правил личной гигиены, к сохранению чистоты, аккуратности. Если в семье дети с малых лет приучены мыть руки с мылом перед едой и после каждого посещения уборной, не употреблять немытых овощей и фруктов, не пить сырого молока и т. д., шансы избежать заболевания гепатитом А, а заодно и другими кишечными инфекциями значительно увеличиваются.

Надо систематически вести борьбу с мухами. Совершенно недопустимо, чтобы мухи имели доступ в комнату больного, к его вещам, остаткам пищи. Нужно завесить окна сетками, расставить мухоловки, повесить липкую бумагу.

Для предупреждения распространения гепатита А в семье и коллективе необходимо помнить, что заболевший гепатитом А опасен для окружающих с первого дня болезни. Поэтому важно как можно раньше изолировать больного от окружающих. При подозрении на острый гепатит А врачи немедленно отправляют больного в инфекционное отделение.

Если человек с подозрением на гепатит остается дома, нельзя допускать общения с ним детей и взрослых, кроме тех, кто непосредственно занят уходом. Тот, кто ухаживает за больным, должен особенно тщательно соблюдать правила личной гигиены: чаще мыть руки теплой водой с мылом и непременно делать это перед едой. Входя в комнату к больному, следует надеть халат или специальное платье. Больной должен иметь отдельную посуду, предметы ухода, игрушки, которые следует сначала обмыть крутым кипятком, затем на 30-60 минут поместить в таз с 2%-м раствором хлорамина, прополоскать и высушить.

Кал и моча дезинфицируются сухой хлорной известью или 10-20%-м ее раствором, только после этого их можно вылить в уборную. Белье больного складывают в ведро или бак с крышкой и заливают (на 30 минут) 3%-м раствором хлорамина. Пол в комнате, где находится больной, нужно ежедневно мыть горячей водой. После отправки больного в лечебное учреждение обязательно производят дезинфекцию помещения и вещей больного - постельного белья, предметов ухода, посуды, игрушек.

Для того чтобы не допустить заражения и распространения гепатита А, необходимо помнить следующее:

- золотое правило: "Мойте руки перед едой" является залогом здоровья и в данном случае;
- не следует употреблять некипяченую воду, нужно всегда мыть фрукты и овощи, не пренебрегать термической обработкой продуктов;
- больной, независимо от тяжести заболевания, наиболее заразен в конце инкубационного периода и весь преджелтушный период. С момента появления желтухи он практически не опасен для окружающих;
- не менее важно помнить, что в момент обострения хронического гепатита больной также выделяет вирус с мочой и фекалиями и, следовательно, опасен для окружающих;
- лица, общавшиеся с больным гепатитом, должны находиться под наблюдением врача в течение 45 дней, желательна - с лабораторным наблюдением за функциональной способностью печени и исследованиями на серологические маркеры вирусов гепатита;
- в детских учреждениях, где был выявлен заболевший гепатитом, устанавливается карантин на 45 дней с ежедневным осмотром детей врачом;

- при уходе за больным необходимо тщательно мыть руки с мылом, особенно после посещения уборной, уборки помещения, где находился больной, и предметов его туалета;
- для снижения частоты осложнений и переходов болезни в хронические формы следует строго придерживаться диеты, рекомендованной врачом, избегать приема алкоголя, а также физической нагрузки не только во время острой фазы болезни, но и первые 6 месяцев-1 год после выздоровления;
- для снижения частоты заражения через кровь, плазму и другие препараты крови введена повседневная система лабораторного контроля за донорами по выявлению вирусов гепатитов В и С;
- при выявлении первых признаков заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

Однако путь заражения гепатитом очень часто остается неизвестен. Чтобы быть совершенно спокойным, необходимо провести специфическую профилактику - вакцинацию. Сегодня наиболее действенным способом в борьбе с вирусным гепатитом А является вакцинопрофилактика.