Осторожно! Гeпатит А!



**Вирусный гепатит А.**

         Это острое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом, попадающим в организм человека путем проникновения через рот с зараженной водой или продуктами и оказывающим прямое повреждающее действие на печеночные клетки. Источником инфекции являются больные и только что переболевшие люди.

Возбудитель выделяется с фекалиями в последние 7-10 дней скрытого периода болезни и в преджелтушном периоде. Гепатитом А болеют дети преимущественно в возрасте от 3 до 10 лет. Для гепатита А характерны эпидемические вспышки в детских коллективах. Заболевание имеет цикличность и четкую сезонность, пик заболеваемости регистрируется осенью.

         С момента контакта с больным до первых проявлений болезни проходит 5-30 дней. Иногда в этот период наблюдаются насморк, кашель, общее недомогание. Постепенно нарастают признаки общей интоксикации. Повышается температура тела до 38-39°, появляются, тошнота, нечастая рвота, неустойчивый стул, чувство тяжести и боль в правом подреберье. Увеличивается печень, она становится плотной и болезненной при дотрагивании, появляются темная окраска мочи и обесцвеченный кал. Длительность преджелтушного периода составляет в среднем 5-7 дней.

Желтушный период характеризуется появлением желтухи с постепенным нарастанием её интенсивности. Вначале окрашиваются склеры и слизистые оболочки, прежде всего мягкое нёбо. По мере усиления желтухи окраска распространяется на кожу лица, туловища и конечностей. Печень увеличена. У детей раннего возраста увеличивается селезенка. С появлением желтухи при гепатите А улучшается самочувствие ребенка, уменьшается интоксикация, исчезают тошнота и рвота, улучшается аппетит. Желтушный период длится 7-15 дней.

Период выздоровления длительный, до З-х месяцев, обычно более затяжной у детей раннего возраста.

**Что нужно знать родителям для эффективного лечения гепатита А?**

Заболевшие дети подлежат обязательной госпитализации. Тяжелое течение болезни требует соблюдения постельного режима. Диета должна быть полноценной, легкоусвояемой, с достаточным количеством белка. Необходимо частое дробное питание, не менее 5 раз в день. Показано питьё в виде 5% раствора глюкозы, сладкого чая, фруктовых соков, компотов, морсов, щелочных минеральных вод, настоев желчегонных трав. В чем заключается профилактика заболевания гепатитом А?

**Поскольку заболевание происходит путем заражения через рот, основной мерой предупреждения заболевания является строгое соблюдение гигиенических правил:** тщательное мытье рук перед едой, употребление в пищу только вымытых овощей и фруктов. Следует пользоваться только личной посудой. Не пить воду из водоемов.

Борьба с гепатитом А включает раннюю диагностику и своевременную изоляцию больных. При подозрении на заболевание следует строго следить изменением цвета мочи, кала и слизистых оболочек у заболевшего ребенка

**Болезнь Боткина, она же вируc гепатита А поражает печень, вызывая нарушение ее нормальной работы. Ярким признаком гепатита является желтуха. Она появляется в результате того, что вырабатываемое печенью вещество билирубин под воздействием вируса начинает в большом количестве выбрасываться в кровь. Именно поэтому кожа больных гепатитом приобретает желтый оттенок.
Три формы течения заболевания:
1) легкая (самая распространенная);
2) среднетяжелая (ей страдают 30% больных);
3) тяжелая форма гепатита А (не более 1-3 % больных).
Гепатит обычно заканчивается полным выздоровлением, при этом печень начинает снова функционировать нормально. Реже она может все-таки остаться увеличенной пожизненно, но другие симптомы, как правило, у таких пациентов отсутствуют.**

**Симптомы заболевания**

**Симптомы проявляются обычно через месяц после инфицирования. Инкубационный период гепатита А длится в среднем 30 дней, но может составить и от 15 до 50 дней. Затем проявляются симптомы болезни: диспепсия (тяжесть в области желудка и правом подреберье, тошнота, рвота),**[**лихорадка**](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Ffitfan.ru%2Fhealth%2Fbolezni%2F2316-lihoradka.html&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNECPZzXjyfG3Hb0Ym6wnWxtaYQ7Jw)**, слабость, изменение цвета мочи (она приобретает цвет крепко заваренного чая и становится пенистой), а затем и главный симптом – желтуха: желтый цвет приобретают склеры, кожа, кал обесцвечивается. В этот момент обычно общее состояние заразившегося улучшается. Обычно желтуха держится от трех до шести недель, но иногда сохраняется на более долгий срок. Само заболевание длится порядка 40 дней. Это зависит и от возраста больного, состояния его иммунитета, наличия сопутствующих заболеваний, точного соблюдения рекомендаций врача. У 15% пациентов инфекция переходит в хроническую форму, длящуюся около 6-9 месяцев. После, как правило, наступает выздоровление. Большая часть случаев заболевания гепатитом А протекает типично и завершается полным выздоровлением, не требуя последующего специального лечения.
Дети обычно переносят гепатит относительно легко. Тяжело болезнь протекает у детей до одного года, взрослых и пожилых люди. У них инфекция характеризуется выраженной желтухой и интоксикацией, болезнь длится около 3 месяцев.**

**Когда нужно делать прививку от гепатита А?**

**Для оценки риска заболевания и необходимости вакцинации, нужно провести исследование**[**крови**](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Ffitfan.ru%2Fphyzio%2F3071-krov-kakie-analizy-sdavat.html&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNGwuVuCk3nRuXsdIK9jNOB_KSpqMQ)**, чтобы выяснить, содержатся ли в ней антитела к вирусу гепатита класса А. Если такие антитела в крови есть, значит, контакт с вирусом уже произошел (либо человек уже болел гепатитом А, либо вакцинация уже проводилась). В таком случае иммунитет к вирусу есть, и вакцинация не нужна. Как правило, повторное заражение вирусом гепатита А невозможно.
Если антитела в крови отсутствуют, риск заболевания существует, следовательно, надо вакцинироваться.**

**Профилактика**

**С раннего детства приучайте ребенка к соблюдению элементарных правил гигиены, расскажите ему, что после каждого посещения туалета нужно мыть руки, предупредите в доступной форме о возможных последствиях нарушения этого обязательного правила.
Заболевшего гепатитом А ребенка сразу же изолируют, а у всех общавшихся с ним детей каждый день осматривают кожу и глаза, обязательно обращают внимание на размеры печени.**

***Лечение гепатита А***

**Больные гепатитом А выздоравливают без лечения. Противовирусное лечение не проводится. Применяемые в современной медицине препараты направлены не на уничтожение вируса, а на уменьшение концентрации и выведение из организма вредных веществ, появившихся в результате нарушений в работе печени. Обычно больным вводят дезитоксикационные растворы, витамины, глюкозу, препараты, защищающие клетки печени (гепатопротекторы). В тяжелых случаях принципы терапии не меняются, зато большим становится объем симптоматической терапии.**

**Обычно функции печени полностью восстанавливаются.
Детей, переносящих заболевание в легкой форме, нужно ограничить в двигательном режиме (исключить подвижные игры). В том случае, если малыш тяжело переносит болезнь, необходим постельный режим. От занятий физкультурой переболевшие гепатитом дети освобождаются на 3-6 месяцев, спортом не должны заниматься 6-12 месяцев.**

**Питание больных должно быть сбалансированным, полноценным и высококалорийным.
Из продуктов с большим содержанием белка употребляют молоко, творог, кефир, нежирное мясо (курятину, говядину, телятину), нежирную рыбу (треску, судака, навагу, щуку), сыр нежирных сортов, омлет. Жиры вводят в рацион в виде сливочного и растительного масла (подсолнечного, кукурузного, оливкового). Углеводы содержат различные каши: рисовая, манная, овсяная, гречневая; макаронные изделия, картофель, хлеб, сахар.

В рационе обязательно должны в достаточном количестве присутствовать сырые и отварные овощи: помидоры, огурцы, капуста, морковь, кабачки, зелень, фрукты и соки.

Нужно исключить из рациона: тугоплавкие жиры (маргарин, сало, комбижир), жирные колбасы, мясные консервы, свинину, жирную птицу, окорок, жирные виды рыбы; острую пищу, маринады, копчености; бобовые, редьку, чеснок, редис; торты, пирожные, шоколад, конфеты; грибы, орехи, хрен, продукты, содержащие экстрактивные вещества, и др.

Из сладостей разрешено есть варенье, мед, несдобное печенье, пастилу, чернослив, курагу, изюм, желе, муссы, кисели. Можно есть винегреты, салаты, заливную рыбу, вымоченную сельдь.**