

## **ЕДИНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ**

### ***28 июля – Всемирный день профилактики гепатита***

Ежегодно 28 июля отмечается Всемирный день борьбы с гепатитом в целях повышения осведомленности о проблеме вирусного гепатита.

Вирусные гепатиты – группа инфекционных заболеваний печени, вызванных гепатотропными вирусами, принадлежащими к различным семействам. Возбудителями гепатита являются 5 основных вирусов (А, В, С, D, Е).

Заражение гепатитами происходит разными способами. Вирусы гепатитов А и Е передаются через загрязненную воду, пищевые продукты и грязные руки, вирусы гепатитов В, С и D, так называемые гемоконтактные гепатиты – при инъекционном введении наркотических средств, использовании нестерильных инструментов при нанесении татуировок, пирсинге, проведении косметических, маникюрных, педикюрных, стоматологических и других процедур, при незащищенном половом контакте, а также от матери ребенку во время родов.

#### ***Профилактика вирусных гепатитов:***

##### **Гепатиты А и Е:**

- соблюдать правила личной гигиены;
- тщательно мыть руки, овощи/фрукты;
- не употреблять воду из случайных водоемов, пить только кипяченую воду;
- находясь в эндемичных районах по гепатиту А избегать употребления в пищу продуктов без термической обработки;
- защититься от гепатита А можно с помощью вакцинации, это самый эффективный метод профилактики. Иммунизация против вирусного гепатита А проводится лицам из групп высокого риска: медицинским работникам, работникам в сфере обслуживания населения, занятым на предприятиях пищевой промышленности, в организациях общественного питания, а также обслуживающих водопроводные и канализационные сооружения, оборудование и сети, лицам, выезжающим в неблагополучные по гепатиту А регионы и страны, контактным в очагах гепатита А.

##### **Гепатиты В, С, D:**

- предохраняться с использованием контрацептивных средств;
- избегать случайных половых связей;
- не применять инъекционные средства;
- не использовать чужие предметы личной гигиены (бритвы, зубные щетки, кусачки или маникюрные ножницы для ногтей, серьги и др.);
- татуировки/пирсинг проводить только стерильным оборудованием и в установленных местах. При нанесении татуировки/пирсинга убедиться, что для каждого клиента используются новая игла и отдельная баночка туши.

Основным и наиболее эффективным средством профилактики является вакцинация.