**28 июля – Всемирный день борьбы с гепатитом**

По данным ВОЗ заболевания, вызванные вирусами гепатита А, В, С, D и Е, представляют серьезную проблему для общественного здравоохранения во всем мире. С 2008 года по инициативе Международного Альянса по борьбе с Гепатитами (World Hepatitis Alliance) Всемирный День борьбы с гепатитом проводился 19 мая.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) присоединилась к этой инициативе и с 2011 года объявила 28 июля Всемирным Днем борьбы с гепатитом.



Печень – самая крупная железа в организме человека. Именно с ней, по мнению древних греков, ассоциировалась жизнь и любовь. Они считали, что душа обитает именно в печени. И, возможно, в чем-то они были правы, так как современные исследования подтверждают, что от того, как работает печень, зависит, в том числе, и состояние нервной системы. Французы же и сегодня называют печень “железой настроения“. А китайская медицина вообще связывает процесс старения организма с работой печени. Итак, здоровая печень – залог не только полноценной жизни, но и хорошего расположения духа. По статистике ВОЗ более 30% взрослого населения Земли страдает теми или иными заболеваниями печени, среди которых одно из первых мест занимают гепатиты и, в свою очередь, первое место среди них занимают вирусные. Что же такое гепатит с точки зрения врачей? Согласно определению, гепатит - это общее название острых или хронических диффузных, то есть распространяющихся на весь орган, воспалений печени, возникших по той или иной причине.

**Каковы причины возникновения гепатитов?**

Причин гепатитов может быть довольно много, но основными являются вирусные инфекции, прежде всего, вирусы гепатитов A, B, C, D E, F, G. Это перечисленные гепатотропные вирусы, поражающие печень, которые уже открыты и изучены. Скорее всего, их больше, причем, каждый из вирусов имеет еще и свои генотипы. Помимо них есть еще и другие, негепатотропные вирусы (герпес, цитомегаловирус и др.), которые также поражают печень. У нас встречаются наиболее часто вирусы A, B, C, D. О них и будем говорить. Кроме вирусов, гепатит могут вызвать и интоксикации различного рода. Это может произойти, например, на фоне длительного и частого употребления алкоголя, систематического приема некоторых медикаментов или из-за работы на вредном производстве, как-то мебельное или табачное производство, ядохимикаты и др. Достаточно вдыхать пары или быть в непосредственном контакте с вредными веществами.  Кстати, ядохимикаты, которыми в свое время щедро обрабатывали землю, сыграли роковую роль для некоторых республик в том плане, что они стали очагом концентрации гепатитов на карте Европы.

**Какие из вышеназванных причин лидируют? Из-за чего гепатит возникает в большинстве случаев?**

Более  чем в половине случаев, люди заболевают гепатитами вирусными. Но довольно большой процент из этих гепатитов имеет смешанную природу – присоединяются внешние факторы,  повреждающие печень (различные интоксикации, алкоголь и т.д.).

Каким образом происходит заражение гепатитом?

Здесь необходимо сделать некоторое разграничение. Если говорить о гепатите A, то заражение происходит фекально-оральным путем. Из внешней среды вирус попадает на руки с недостаточно хорошо вымытых фруктов, овощей и т.д., переносится в желудочно-кишечный тракт, и человек заболевает. Считается, что этот вид гепатита характерен для отсталых и развивающихся стран, где уровень жизни невысок и элементарно не соблюдаются санитарно-гигиенические нормы, поэтому гепатит A еще называют “болезнью грязных рук“. Вообще этот вид гепатита не так уж сильно распространен, и скорее считается болезнью детского и юношеского возраста. Есть некоторые врачи, которые относят его к детским инфекциям. Может это и правильно, потому что он имеет совершенно другую специфику, чем остальные гепатиты. В чем разница? Это тоже воспаление печени, но в подавляющем большинстве случаев больной выздоравливает, а в результате воздействия иммунной системы организма на этот вирус приобретается иммунитет на всю оставшуюся жизнь. Получается своеобразная прививка. Ведь когда ребенок переболеет корью, ветрянкой и т.д., он приобретает иммунитет на всю жизнь. Так что гепатит A стоит отдельно в ряду гепатитов и считается не таким грозным, как другие. Хотя бывает, к счастью, крайне редко, что и этот самый, казалось бы, “безобидный” из гепатитов проявляется в тяжелой форме и заканчивается летально. При этом печень не повреждается фундаментально и окончательно, просто происходит отек ее клеток, нарушается кровообращение, и больной впадает в кому, или у него развиваются массивные некрозы и клетки разрушаются.

**Как передается гепатит остальных видов вирусов ― B, C и D?**

Основной путь передачи, самый главный, и только он может быть – это прямое попадание инфицированной крови, ее микроскопических частиц, от больного человека в кровь здорового человека. Источниками вируса являются больные гепатитом и вирусоносители. Передаваться вирус может естественным или искусственным путем. Из естественных, наиболее распространена передача:

Во время полового контакта, если один из партнеров болен или является вирусоносителем.

* От больной гепатитом матери к ребенку через плаценту во время беременности или во время родов.

Искусственная передача вируса происходит:

* при переливании зараженной крови, или ее компонентов;
* при использовании нестерилизованных или недостаточно хорошо стерилизованных инструментов, маникюрных принадлежностей,  при пользовании одной зубной щеткой.  Вполне допустима ситуация, когда ребенок случайно, по ошибке, взял щетку родителя, больного хроническим гепатитом.

Если в семье есть больной  гепатитом, все его гигиенические принадлежности должны лежать в отдельном месте.

**Признаки и симптомы заболеваний гепатитами B и C.**

Прежде чем говорить о симптомах, надо сказать, что гепатит может быть острым и хроническим. Острые гепатиты имеют начало, пик и окончание: или человек выздоравливает полностью и в его организме образуются антитела к тому вирусу гепатита, которым он переболел, или болезнь переходит в хроническую форму.

Хронический гепатит, то есть воспаление, может длиться очень много лет, и постепенно, повредив радикально морфологическую структуру печени, перейти в цирроз (это уже не воспаление, а изменение структуры печени). Причем, гепатит будет продолжаться и дальше, уже на фоне этой цирротической печени.

Острые гепатиты имеют более выраженные симптомы, чем хронические, особенно на пике заболевания. У каждого гепатита есть определенные особенности их дебюта, но есть и симптомы общего порядка. Нередко начальные признаки маскируются под начало другого заболевания, например, простуду. При этом на протяжении одной-двух недель наблюдаются некоторые катаральные явления (насморк, кашель), субфебрильная температура.

Также начальные симптомы гепатита могут проявляться, как расстройства желудочно-кишечного тракта. Опять же на протяжении пары недель человек может ощущать некоторый дискомфорт в желудке и кишечнике, тошноту, расстройство стула.

Еще один вариант начала гепатита, когда он маскируется под заболевания суставов, некое подобие ревматоидной атаки. При этом ощущаются боли в мышцах, суставах, субфебрильная температура.

После этого начального этапа больной может пожелтеть (в народе гепатит нередко называют желтухой). Этот признак означает застой желчи,  попадание ее в кровь, если выражаться более упрощенно. И это в каком-то смысле не так плохо, так как желтуха – один из явных признаков гепатита и сигнализирует о заболевании. Но такое случается не всегда. Бывает, что желтизна незаметна или скоротечна, человек списывает начальные симптомы на переутомление, стрессы и т.д., и не подозревает о том, что у него развивается гепатит.

Если у вас или ваших близких наблюдаются какие-то описанные выше признаки, обязательно обратите внимание еще на некоторые симптомы, свойственные гепатиту, а именно:

* на белки глаз (они желтеют);
* на цвет мочи (утром моча физиологически темнее, чем днем, но если в течение дня она тоже темная, цвета пива примерно, есть повод обратиться к врачу);
* на цвет стула (иногда он светлеет или обесцвечивается)

**Как защитить себя?**

Учитывая, что большинство инфицированных лиц могут длительное время даже не подозревать о своем заболевании, каждый человек всегда должен помнить о возможности заражения в вышеописанных ситуациях и использовать соответствующие меры предосторожности.

**Как избежать заболевания?**

Чтобы не заболеть гепатитом В, нужно соблюдать следующие правила:

* - отказаться от использования внутривенных наркотиков;
* - лицам, имеющим половые контакты с больными гепатитом В или носителями вируса, рекомендуется использовать презервативы;
* - не пользоваться чужими бритвенными станками, зубными щетками и любыми предметами, где может оказаться кровь;
* - посещать только проверенные и качественные маникюрные и тату-салоны;
* - использовать в лечебных учреждениях как можно больше изделий медицинского назначения и инструментария однократного применения.