* Гепатит А: як передається, симптоми та профілактика



**Гепатит А: як передається, симптоми та профілактика**

***Гепатит А — це спричинене вірусом гепатиту А захворювання, що вражає печінку. Його також називають хворобою Боткіна. Це захворювання може мати як легкий, так і важкий перебіг.***

*Вірус гепатиту А передається:*

- внаслідок вживання забруднених харчів або води, що можуть містити фекалії інфікованих людей;

- через недотримання особистої гігієни;

- у сім’ях, коли інфікована людина готує їжу для всіх членів сім’ї;

- також причиною інфікування можуть стати деякі види сексуальних стосунків.

Вірус гепатиту А зберігається у воді від 3 до 10 місяців, у випорожненнях - до 30 діб, у сухому середовищі за кімнатної температури - протягом тижня. ВГА гине через 5 хв кип’ятіння.

Серед факторів ризику гепатиту А: погані санітарні умови; відсутність очищеної води; вживання наркотичних речовин; проживання з інфікованою людиною; сексуальні контакти з людиною, у якої гостра форма гепатиту А; поїздки в район з високою епідемічністю.

**Симптоми гепатиту А та інкубаційний період**

Інкубаційний період вірусного гепатиту А зазвичай триває 14–28 днів.

*Серед найпоширеніших симптомів:*

* слабкість та втомлюваність;
* підвищення температури тіла;
* втрата апетиту;
* діарея;
* блювота;
* неприємні відчуття в животі;
* важкість у правому підребер’ї;
* потемніння сечі;
* жовтяниця.

Після перенесеного захворювання на ВГА формується довічний імунітет.

**Профілактика гепатиту А**

Інфікуванню гепатитом А можна легко запобігти, якщо дотримуватися правил гігієни рук. Найбільш ефективний спосіб захисту - це миття рук з милом і теплою водою щонайменше протягом 20 секунд. Це особливо важливо перед приготуванням їжі та після відвідування вбиральні.

Тож вберегтися від захворювання допоможуть прості щоденні правила:

- миття рук перед вживанням їжі та після кожного відвідування туалету;

- вживання лише кип’яченої води;

- миття овочів та фруктів.

Для профілактики інфікування ВГА існує безпечна та ефективна вакцина. Вона є рекомендованою, тобто не включеною до Національного календаря щеплень. Придбати її можна в аптеках. Важливо отримати щеплення проти гепатиту А дорослим, які працюють у закладах громадського харчування, на підприємствах харчової промисловості, водоочисних та каналізаційних спорудах.

***Якщо ви помітили симптоми захворювання, одразу звертайтеся до сімейного лікаря!***