

**С 13 по 19 марта 2023 года в соответствии с планом региональных тематических мероприятий по профилактике заболеваний и поддержке здорового образа жизни, утвержденном Министерством здравоохранения Российской Федерации, проводится Неделя по борьбе с заражением и распространением хронического вирусного гепатита С**

### **Что такое гепатит С?**

Гепатит С - это заболевание, которое вызывается вирусом гепатита С. При этом заболевании поражается преимущественно печень, однако могут повреждаться и другие важные органы, например, почки или щитовидная железа. Если после инфицирования вирусом гепатита С организм человека не смог самостоятельно с ним справиться и вирус продолжает размножаться более 6 месяцев, значит заболевание перешло в хроническую форму.

### **Что важно знать о вирусе гепатита С?**

Вирус - это мельчайшая частица, увидеть которую можно только с помощью электронного микроскопа. Вирусы могут размножаться только в живых клетках. Вне живого организма вирусы, как правило, быстро погибают.

### **Как можно заразиться вирусом гепатита С?**

Вирус гепатита С находится в большом количестве в крови и других биологических жидкостях инфицированного человека. Заражение чаще всего происходит, когда кровь инфицированного человека попадает в кровь или на поврежденную кожу (слизистые оболочки) другого человека.

Чаще всего заражение происходит:

- использование одной иглы разными людьми. Это самый распространенный путь заражения среди наркоманов;
- при нанесении татуировки, иглоукалывании, прокалывании ушей нестерильными иглами, маникюре и педикюре, инъекционных уходовых процедурах за лицом и телом, если в салонах используются нестерильные иглы или другие инструменты,
- в домашних условиях заразиться можно при использовании общих бритвенных (с лезвиями) и маникюрных (педикюрных)

принадлежностей, средств личной гигиены (зубных щеток) с другими членами семьи;

- при половом контакте (риск увеличивается при нетрадиционном сексе и беспорядочных половых связях);
- при переливании донорской крови;
- также не стоит забывать о «вертикальном» пути заражения от матери к ребенку, но он наблюдается редко. Риск повышается, если женщина имеет активную форму вируса или в последние месяцы беременности перенесла острый гепатит.

### **Что делать для профилактики заражения и как не заразить других?**

- Отказаться от нанесения татуировок, пирсинга, необоснованных косметологических процедур, а в случае их проведения обращаться в организации, имеющие необходимые разрешения на оказание соответствующих услуг, специалисты которых прошли обучение безопасным правилам работы и используют одноразовые или многоразовые стерильные инструменты.
- В домашних условиях пользоваться только собственными бритвенными, маникюрными (педикюрными) принадлежностями, зубными щетками, полотенцами и другими средствами личной гигиены и не допускать их использования другими членами семьи.
- Для профилактики полового пути передачи использовать барьерные средства защиты (презервативы).
- Перед планированием беременности женщинам рекомендуется пройти обследование на вирус гепатита С.
- Лицам, инфицированным вирусом гепатита С обратиться к врачу для решения вопроса о назначении лечения.

### **Как проявляется заболевание?**

В большинстве случаев вирусный гепатит С протекает скрыто. Инфицированный человек чувствует себя на протяжении длительного времени хорошо. На ранних стадиях заболевания у некоторых людей

отмечаются неспецифические симптомы (слабость, повышенная утомляемость, головные боли), в крайне редких случаях может возникнуть пожелтение кожи и кожный зуд. При развитии цирроза печени возникают более серьезные симптомы, связанные с нарушением функций печени: снижение массы тела, накопление свободной жидкости в брюшной полости (асцит), кровотечение из вен пищевода, нарушения функции мозга (энцефалопатия).

### **Чем опасен гепатит С?**

При длительном течении заболевания (на протяжении многих лет) у инфицированного человека происходит замещение нормальной ткани печени соединительной тканью (фиброз печени). Конечной стадией фиброза является цирроз печени, при котором нарушается структура ткани печени, а при тяжелом (декомпенсированном) циррозе страдает уже функция органа. У некоторых пациентов на фоне цирроза печени может возникнуть злокачественное новообразование (гепатоцеллюлярная карцинома), поэтому всем людям с хроническим гепатитом С важно наблюдаться у врача и регулярно проходить необходимые обследования.

### **Как выявить заболевание?**

Гепатит С можно выявить с помощью специальных исследований:

- анализы крови, которые указывают на инфицирование вирусом в настоящее время или на ранее перенесенный гепатит С;
- биохимический анализ крови, отражающий воспаление в печени;
- инструментальные методы исследования, которые помогают оценить размеры печени, состояние ее ткани и других органов брюшной полости.

Необходимые для диагностики гепатита С лабораторные и инструментальные исследования назначаются врачом.

### **Кто должен обследоваться на гепатит С регулярно?**

К группам риска по заражению гепатитом С относятся:

1. Медицинские работники,

2. Любители уходовых процедур кожи и ногтей и татуажа, особенно кто делает это в нелегальных салонах или на дому,
3. Наркопотребители,
4. Люди с беспорядочными половыми связями и нетрадиционной сексуальной ориентацией,
5. Доноры и реципиенты крови.

### **Можно ли вылечить хронический гепатит С?**

Гепатит С уже многие годы является излечимым заболеванием. Важно помнить, что лечение гепатита С имеет много особенностей, поэтому назначать препараты должен только врач. Человек, который успешно вылечился от гепатита С, не может заразить других людей.

### **Что важно знать, если человек инфицирован вирусом гепатита С?**

- Вирус гепатита С не передается при рукопожатиях, объятиях, поцелуях, совместном использовании посуды и столовых приборов, общего постельного белья.
- Если у кого-либо из членов семьи и/или совместно проживающих людей обнаружены антитела к вирусу гепатита С (anti-HCV) или РНК вируса гепатита С, всем остальным людям, у которых был риск инфицирования, необходимо сдать анализ крови на антитела к вирусу (anti-HCV) и РНК вируса гепатита С.
- Анализ крови на РНК вируса гепатита С необходимо проводить всем детям, рожденным от инфицированных вирусом гепатита С матерей.
- При условии стабильных моногамных отношений в семье риск заражения вирусом гепатита С невысок. Но для полного исключения инфицирования рекомендуется использование презервативов.
- Передача вируса гепатита С от матери к ребенку возможна, но происходит нечасто. Вирус гепатита С не влияет на развитие плода. Инфицирование вирусом гепатита С не влияет на способ родоразрешения (возможны как естественные, так и искусственные роды). Кормление грудью разрешается.

- Необходимо сообщать об инфицировании вирусом гепатита С всем врачам, особенно тем, кто собирается проводить такие манипуляции, как лечение зубов или хирургические операции.
- Всем инфицированным вирусом гепатита С необходимо полностью исключить алкоголь, так как его употребление способствует более быстрому повреждению печени.
- В ранние периоды заболевания никаких рекомендаций по питанию нет. Специальная диета необходима только на поздней стадии гепатита С, при выявлении цирроза печени.
- Ограничений по занятию спортом при гепатите С нет, но при контактных видах спорта, связанных с получением травм (бокс, борьба и другие), возможны повреждения кожи и попадание крови на слизистые оболочки или поврежденную кожу другого человека, что может привести к заражению.