**Рекомендации для родителей**

***Вирусный гепатит А и меры по его профилактике.***

 Вирусный гепатит А — одно из самых распространенных заболеваний печени, которое, в отличие от более тяжелых вирусных гепатитов, переносится достаточно легко и поддается лечению практически без последствий для человека.

Вирус гепатита А может попасть в организм любого человека, он неприхотлив и устойчив к кислотной и водной среде, поэтому нередко заражение происходит через загрязненную воду и пищу.

Крайне распространена эта инфекция в странах третьего мира, где санитарные условия оставляют желать лучшего. В частности, заболеваемость крайне высока в Африке, Средней Азии и некоторых странах Восточной Европы.

**Как заражаются гепатитом А?**

Попадая в организм человека вместе с водой или пищей, вирус проходит через кислую среду желудка, попадает в тонкий кишечник, а затем всасывается в кровь. После этого он заражает гепатоциты (структурные единицы печени), попадая в клетки вместе с кровью. В клетках печени вирус начинает размножаться, что приводит к воспалительному процессу. Инфицированные гепатоциты уничтожаются, так как иммунная система организма человека борется с чужеродной инфекцией. В результате функция печени нарушается, возникает печеночная недостаточность.

**Симптомы гепатита А**

Инкубационный период гепатита составляет в среднем 30 дней. В некоторых случаях болезнь может проявиться уже через две недели, реже инкубационный период продолжается до 50 дней. Основные симптомы гепатита А у взрослых напоминают симптоматику при любых других воспалительных заболеваниях.

У больного начинается лихорадка, высокая температура сохраняется в течение недели. Иногда лихорадка может длиться до десяти дней. Повышение температуры сопровождается общей интоксикацией, болью в мышцах, сильным ознобом, недомоганием и слабостью.

Наблюдаются диспептические расстройства: больной теряет аппетит, испытывает боли в эпигастральной области, бывает тошнота и рвота. Регулярно возникают неприятные болевые ощущения в правом подреберье, где находится печень.

**Признаки гепатита А**

После появления первых признаков, свидетельствующих непосредственно о заражении вирусом гепатита А, врач может четко диагностировать заболевание. Через несколько дней после первых симптомов у больного начинает темнеть моча: ее цвет может напоминать крепкий черный чай. Темная моча — главный признак, говорящий врачу об инфекционном поражении печени.

Еще один признак — обесцвеченный кал, пожелтевшая кожа и склеры глаз. Причина желтухи — желчь, которая выбрасывается в кровь вместе с инфекцией. Когда наступает этот период, первичные симптомы облегчаются: пропадает тошнота, уменьшается лихорадка.

Диагностика гепатита А у детей осложняется тем, что в детском возрасте признаки могут быть значительно менее выражены, нежели у взрослых пациентов. Иногда можно даже встретить бессимптомное течение заболевания, из-за чего диагностика не проводится вовремя, а гепатит проходит сам собой без последствий.

**Диагностика гепатита А**

Диагностика вирусного гепатита А проводится лечащим врачом. Для начала специалист собирает анамнез, чтобы выявить источник заражения. В распознавании болезни врачу существенно помогает информация о том, с кем контактировал больной в течение последнего месяца, куда ездил, чем питался, соблюдал ли правила личной гигиены, пил ли сырую воду, и так далее.

В диагностике очень важно провести полноценное обследование пациента на предмет расстройств пищеварительной системы, лихорадки, мышечной интоксикации. При дневном свете тщательно обследуются слизистые оболочки и склеры глаз: если есть легкая желтизна, диагноз не вызывает сомнений. Также при подозрении на гепатит проводится пальпация живота. Почти всегда врач отмечает увеличенный размер печени.

Лабораторная диагностика гепатита А включает в себя анализ мочи, анализ кала и анализ крови. Кровь исследуется в острый период болезни, когда симптоматика становится наиболее яркой. Больной должен сдать общий и биохимический анализ, по результатам которого лаборанты выявляют наличие или отсутствие в крови антител anti — HAV IgM. Эти антитела являются главным маркером вирусного гепатита А.

**Последствия гепатита А**

В отличие от более серьезных разновидностей вирусных гепатитов, последствия гепатита А практически отсутствуют. Болезнь проходит бесследно, а функция печени у больного полностью восстанавливается. Прогноз болезни почти всегда благоприятен, даже если ее течение было достаточно тяжелым.

В отличие от гепатита B или C, вирус А не приводит к необратимому разрушению печени и не вызывает хронического воспалительного процесса, длящегося годами. После излечения формируется стойкий пожизненный иммунитет к вирусу гепатита А.

**Профилактика гепатита А**

Как же защититься от гепатита А? Необходимо соблюдать правила общей гигиены: мыть руки перед едой и после каждого посещения туалета, мыть фрукты и овощи чистой водой. Не употреблять недостаточно обработанное мясо, рыбу, особенно морепродукты. На сегодняшний день вакцинация является единственным гарантированным методом защиты от гепатита. Национальным календарем профилактических прививок по эпидемиологическим показаниям предусмотрена бесплатная вакцинация против вирусного гепатита А лиц из группы риска (лица, проживающие в регионах, неблагополучных по заболеваемости гепатитом А; лица, подверженные профессиональному риску заражения; лица, выезжающие в неблагополучные страны(регионы), где регистрируются вспышечная заболеваемость гепатитом А; контактные лица в очагах гепатита А.

**Этими простыми мерами вы оградите себя и своих близких от заражения вирусным гепатитом А!**