***Гепатит А (Болезнь Боткина) – причины и лечение***

|  |
| --- |
| В последнее время в нашей стране вирус гепатита А поутих. Но как раз это и беспокоит медиков. У огромного числа людей, а среди них немало детей, нет иммунитета против этой болезни. Уровень жизни в стране с каждым годом снижается, так что в любой момент надо быть готовым к взрыву. Эпидемия не за горами! К тому же вирус обычно подхватывают в теплое время года, но у него длительный инкубационный период, и симптомы могут появиться через 1,5 месяца и более после контакта.    **ВИРУС ОБЛАДАЕТ КРОВОЖАДНОСТЬЮ МОНСТРА**    Восприимчивость к вирусу абсолютна. Это значит, что если случайно столкнетесь с ним и вовремя тщательно не вымоете руки, продукты питания, хлебнете воды из речки или из неизвестной лужи, где он обитает, заболеете непременно.  Обычно гепатит А, как и грипп, пришел -ушел, но остались осложнения. Прежде всего страдают желчевыводящие пути: развиваются холецистит, различные дискинезии, нередко переходящие в хроническую форму. Достается и поджелудочной железе - и как результат развивается хронический панкреатит. В довершение всего появляются слабость, утомляемость, снижаются тонус организма, иммунитет... Одно утешение - если уж переболели, невосприимчивость к инфекции остается на всю жизнь.  Специалисты считают, что данный вариант гепатита наименее опасен для здоровья. И все-таки это очень серьезное заболевание. Если оно наслаивается на другие виды гепатита (такой "союз" специалисты называют микстами), болезнь протекает очень тяжело, нередко заканчиваясь летальным исходом.    **БОЛЕЗНЬ НЕМЫТЫХ РУК**    Гепатит А - это болезнь немытых рук. Но не только. Чаще возбудитель попадает в организм человека через рот в желудочно-кишечный тракт, после чего проникает в лимфатические узлы, а затем в печень. Здесь он оказывает разрушительное действие на ее клетки - гепатоциты.  Плохо вымытая посуда, детские игрушки, овощи, фрукты, а также термически необработанные продукты питания - все это может стать источником заражения. Классический пример - устричные эпидемии. В процессе жизнедеятельности устрицы фильтруют большое количество воды, концентрируют различные микроорганизмы. Так в их мясо может попасть и вирус. Около 10 лет назад в Шанхае именно через устрицы гепатитом А заразились практически одновременно 300 тысяч человек. Переносчиками могут стать также моллюски, мидии...  Плохо вымытая посуда, детские игрушки, овощи, фрукты, а также термически необработанные продукты питания -все это может стать источником заражения.  Пищевой и водный пути передачи инфекции, так сказать, родные, классические. Однако в нынешней эпидемиологической ситуации из-за растущего числа наркоманов, предпочитающих, как правило, общий шприц, есть случаи заражения опасным недугом через кровь, в которой вирус циркулирует во время инкубационного периода болезни. При несоблюдении элементарных гигиенических норм гепатит А угрожает любителям орального секса. Продукты крови, не подвергшиеся соответствующей обработке, приводили к вспышкам заболевания среди страдающих гемофилией.    **ВЗРОСЛАЯ И ДЕТСКАЯ КИШЕЧНАЯ ИНФЕКЦИЯ**    Малыши до года гепатитом А обычно не страдают - их защищают материнские антитела. В основном заболевают дети постарше, отведав немытых фруктов, схватив грязными руками бутерброд, облизав игрушку или собственные пальцы. Не так давно пик заболеваемости приходился на возраст от 3 до 10 лет. Сегодня чаще заражаются младшие школьники и неблагополучные подростки.  К счастью, современные тест-системы позволяют выявить вирус уже в начале инкубационного периода, а он, как мы уже говорили, может быть весьма длителен. Это важно, во-первых, для дифференциальной диагностики больных другими гепатитами и чтобы предсказать заранее характер заболевания, а во-вторых, чтобы исключить заражение окружающих - инфекция передается задолго до развития клинических симптомов.  Вот они: у больного повышается температура, наблюдаются слабость, утомляемость, головная боль, ломота в суставах, зуд кожи, рвота. А через 1-2 недели он становится похожим на большого цыпленка. Как только заболевший пожелтел, он уже практически не заразен и поправится недели через две, навсегда распрощавшись с гепатитом А.  Но болезнь может протекать в безжелтушной форме, и тогда даже врачи поначалу не отличают ее от банального ОРЗ.  Вот 4 особенности гепатита А, которые необходимо знать.  Первая. При ОРЗ у больного снижается температура, и он начинает лучше себя чувствовать, но этого не бывает при гепатите А. Температуры нет, а состояние не улучшается -пациент вялый, апатичный, засыпает несколько раз в день.  Вторая. При нормальной температуре отсутствует аппетит, появляется рвота. Нередко тошнит даже при виде еды. Рвота необычная - не как при отравлении, когда из человека несколько раз подряд извергается буквально все съеденное. Она необильная, редкая, но упорная и бывает несколько дней подряд.  Третья. Если во дворе, школе, детском саду, на отдыхе вы услышали, что кто-то заболел гепатитом А, будьте начеку! Даже если карантин по гепатиту А уже снят, мог заразиться другой ребенок - и у него заболевание протекает в нераспознанной безжелтушной форме.  Четвертая. Анализ мочи не выявляет безжелтушные формы гепатита А. Необходим биохимический анализ крови, который и подтвердит наличие вируса в организме. Эти анализы можно сделать в любой районной поликлинике.   Заболевшему нужна отдельная комната. Исключите по возможности контакты, особенно с детьми. Вероятность заражения хоть и ничтожна, но все-таки существует.    **НУЖНО ЛИ ЛОЖИТЬСЯ В ИНФЕКЦИОННУЮ БОЛЬНИЦУ?**    Если врачи поставили диагноз "гепатит А", современная медицина не настаивает на госпитализации, что подтверждено приказом Минздрава РФ.  Пациенту требуются постоянные  консультации врача-гепатолога, а также регулярные специальные серологические и биохимические исследования. Больного лучше не приводить в поликлинику - он длительное время нуждается в постельном или полупостельном режиме. Печени, которая принимает основной удар, необходимо горизонтальное положение: в состоянии покоя этот орган максимально снабжается кровью, подпитывается кислородом.  Заболевшему нужна отдельная комната. Исключите по возможности контакты, особенно с детьми. Вероятность заражения хоть и ничтожна, но все-таки существует. Сейчас на отечественный рынок выброшено и рекламируется огромное количество лекарственных средств для восстановления функций печени. В них больной абсолютно не нуждается, как бы ни навязывала их реклама. К специальной диете добавьте поливитамины, можно попить фиточаи из желчегонных трав -кукурузных рылец, зверобоя.  Разрешаются молоко, кисломолочные продукты, творог, отварное и паровое нежирное мясо - говядина, курятина, крольчатина (телятина, цыплята нежелательны), отварная нежирная рыба - треска, судак, щука, карп, сазан, блюда и гарниры из овощей -картофель, морковь, свекла, сырая и некислая квашеная капуста, свежие огурцы, помидоры (в небольшом количестве), зеленый горошек, некислые фрукты и ягоды, варенье, мед, супы крупяные, овощные, молочные, различные каши и макаронные изделия, хлеб, преимущественно пшеничный, грубого помола, выпечки предыдущего дня, печенье и другие изделия из несдобного теста.  Ограничиваются масло сливочное (до 30-40 г в день), сметана - только для заправки блюд, яичный желток - не более 1-2 раз в неделю (белок можно чаще), сыр, сосиски говяжьи, колбаса докторская, диетическая.  Запрещаются все виды жареных, копченых, маринованных продуктов, консервы, соленья, свинина, баранина, гусь, утка, острые приправы - горчица, хрен, перец, уксус, редиска, редька, лук, чеснок, грибы, щавель, горох, фасоль, кондитерские изделия - торты, пирожные, шоколад, какао, натуральный кофе, мороженое, мясные, куриные, грибные бульоны.  Полное выздоровление наступает не ранее 6-12 месяцев после начала заболевания, поэтому для предупреждения возможных поздних осложнений необходимо соблюдать такие рекомендации:    •          аккуратно являться на диспансерное  обследование в поликлинику  •          избегать переохлаждения и перегрева  ния, запрещается загорать, не следует ез  дить на южные курорты  •          соблюдать диету. Питание должно быть  полноценным по калорийности и содержанию  белков, жиров, углеводов, витаминов. Есть  надо 4-6 раз в день небольшими порциями  •          детей освобождают от профилактиче  ских прививок и занятий физкультурой по об  щей школьной программе, участия в спортив  ных секциях, соревнованиях, туристических  походах. А вот занятия лечебной физкульту  рой желательны    **КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ ГЕПАТИТОМ А**    Лучшая профилактическая рекомендация на все времена - не забывать про "мыло душистое и полотенце пушистое". В ваших силах, дорогие родители, проследить, чтобы ребенок мыл руки перед едой, после посещения туалета, полдничал только хорошо вымытыми фруктами.  Водопроводную воду обязательно кипятите! Никогда не покупайте продукты с рук, и не только домашнего производства, но и заводские сыр, сметану, творог, колбасу - это весьма вероятный источник заражения инфекцией.  Если в семье кто-то заболел гепатитом, обработайте его вещи, посуду хлорамином, исключите общение с другими членами семьи.  Главный способ противостоять гепатиту А -своевременная вакцинация. Она необходима прежде всего малышам в яслях, детских садах, детям, выезжающим на летний отдых в оздоровительные лагеря, на дачу, загородные детские сады, на курорты Турции, Греции, Италии, Испании, Египта, Туниса и другие, а также в случае информации о появлении заболевания в детских учреждениях или ближайшем окружении ребенка.  Взрослые тоже болеют гепатитом А. К группам риска, нуждающимся в вакцине, относятся переболевшие другими гепатитами (В, С, D), страдающие хроническими поражениями печени, гемофилией. Вакцинация необходима тем, кто много путешествует, работникам медико-санитарных служб, детских садов и яслей, учреждений общественного питания, коммунальных хозяйств, обслуживающих канализационные системы, военным, особенно в полевых условиях Кавказа, Средней Азии. |