

28 ИЮЛЯ - ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПРОФИЛАКТИКИ ГЕПАТИТОВ

Введение

Ежегодно 28 июля под эгидой Всемирной организации здравоохранения отмечается Всемирный день борьбы с гепатитом. Дата выбрана не случайно: в этот день родился лауреат Нобелевской премии профессор Барух Бламберг, открывший вирус гепатита В и разработавший первую вакцину против него. Тема кампании 2026 года – «Гепатит: давайте разберем это» – призывает к коллективным действиям, направленным на устранение барьеров на пути ликвидации вирусных гепатитов как угрозы общественному здоровью к 2030 году.

Актуальность проблемы. Вирусные гепатиты – группа инфекционных заболеваний, поражающих печень и способных привести к циррозу и первичному раку печени. По данным ВОЗ, в мире хроническим вирусным гепатитом В и С страдают более 350 миллионов человек, ежегодно от связанных с ними осложнений умирает свыше 1,3 миллиона человек. Особую тревогу вызывает то, что большинство инфицированных не знают о своём заболевании: гепатиты долгое время протекают скрыто и выявляются уже на стадии тяжёлых поражений печени. Именно поэтому патоморфологическая диагностика и лабораторный скрининг играют ключевую роль в раннем выявлении заболевания.

Цель статьи – повысить осведомлённость населения о причинах, симптомах, факторах риска и современных мерах профилактики вирусных гепатитов, а также сформировать ответственное отношение к собственному здоровью.

Основная часть

Симптомы вирусных гепатитов

Клиническая картина зависит от вида возбудителя и формы заболевания. К наиболее характерным проявлениям относятся: общая слабость и быстрая утомляемость; снижение аппетита, тошнота, иногда рвота; тяжесть и боль в правом подреберье; потемнение мочи и обесцвечивание кала; пожелтение кожи и склер (желтуха); кожный зуд; повышение температуры тела; боль в суставах и мышцах. Гепатиты В и С нередко протекают без явных симптомов, что делает обязательным регулярное лабораторное обследование лиц из групп риска.

Факторы риска

Заражение вирусными гепатитами происходит различными путями. Гепатиты А и Е передаются преимущественно фекально-оральным путём – через загрязнённую воду, пищу и грязные руки. Гепатиты В, С и D передаются через кровь и другие биологические жидкости при медицинских и косметологических манипуляциях нестерильным инструментом, при употреблении инъекционных наркотиков, при незащищённых половых контактах, а также от инфицированной матери к ребёнку во время беременности и родов.

Тип гепатита	Путь передачи	Профилактика
A	Вода, пища, грязные руки	Гигиена, вакцинация
B	Кровь, половой, от матери к ребёнку	Вакцинация, барьерная контрацепция
C	Кровь, реже половой	Стерильность, скрининг крови
D	Только при наличии гепатита B	Вакцинация против гепатита B
E	Вода, пища	Гигиена, чистая вода

Профилактика

Профилактика вирусных гепатитов включает специфические и неспецифические меры. К специфическим относится вакцинация против гепатитов А и В, входящая в Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация против гепатита В защищает также от гепатита D. Эффективной вакцины против гепатита С на сегодняшний день не существует, однако современные противовирусные препараты прямого действия позволяют излечивать более 95 % пациентов.

Неспецифическая профилактика включает: соблюдение правил личной гигиены и употребление только безопасной воды и пищи; использование индивидуальных предметов гигиены (бритв, маникюрных принадлежностей, зубных щёток); обращение только в проверенные медицинские, стоматологические и косметологические учреждения, использующие одноразовые или стерилизованные инструменты; отказ от употребления инъекционных наркотиков; использование презервативов; обязательное тестирование донорской крови; регулярное обследование лиц из групп риска.

Лечение

Современная медицина располагает эффективными средствами лечения вирусных гепатитов. Острые формы гепатитов А и Е, как правило, заканчиваются полным выздоровлением и требуют поддерживающей терапии. Хронический гепатит В контролируется длительным приёмом противовирусных препаратов, подавляющих репликацию вируса. Гепатит С при своевременной диагностике излечивается за 8–12 недель курсом препаратов прямого противовирусного действия. Залог успешного лечения – раннее выявление заболевания, поэтому при появлении любых тревожных симптомов или принадлежности к группе риска необходимо незамедлительно обратиться к врачу-инфекционисту или терапевту.

Рекомендации врачей

Специалисты рекомендуют: пройти вакцинацию против гепатитов А и В при отсутствии противопоказаний; не реже одного раза в год сдавать кровь на

маркёры гепатитов В и С, особенно медицинским работникам, пациентам отделений гемодиализа, лицам, перенёсшим хирургические вмешательства и переливания крови; вести здоровый образ жизни, отказаться от алкоголя и наркотиков; контролировать массу тела и питание – ожирение и жировой гепатоз также повышают риск поражения печени; не заниматься самолечением и не принимать гепатотоксичные препараты без назначения врача.

Заключение

Вирусные гепатиты – серьёзная, но управляемая угроза. Эффективная вакцинация, ранняя диагностика, доступное лечение и ответственное отношение к собственному здоровью способны разрушить барьеры на пути ликвидации этих заболеваний. Каждый из нас может внести вклад в общее дело: пройти обследование, привиться, рассказать близким о путях передачи и мерах профилактики.

Берегите печень – она у вас одна! Сделайте шаг навстречу здоровью уже сегодня.

***Девиз 2026 года:** «Знать, чтобы жить: защити себя от гепатита!»*

Информация подготовлена врачом-патологоанатомом (заведующим) патологоанатомическим отделением общей патологии №2 Т.П.Ванелик.