

28 июля - Всемирный день борьбы с гепатитом.

Ежегодно 28 июля отмечается Всемирный день борьбы с гепатитом. Его цель – повышение знаний населения о гепатитах, факторах риска, мерах профилактики и осложнениях этого заболевания.

Впервые Всемирный день борьбы с гепатитом отметили 19 мая 2008 г. В 2011 году представители Всемирной ассамблеи здравоохранения решили перенести дату события на 28 июля, приурочив ее памяти врача Баруха Самуэля Бламберга, который открыл вирус гепатита В и изучил его патологическое воздействие на печень.

Гепатит – это воспаление печени, которое может быть вызвано многими инфекционными и неинфекционными факторами, в том числе алкоголем, некоторыми фармакологическими препаратами и др. Однако наиболее частой причиной возникновения гепатита являются вирусы. В настоящее время известно пять вирусов гепатита, каждый из которых представляет опасность для человека: А, В, С, D и Е.

Может ли гепатит передаваться при бытовых контактах?

Заражение вирусными гепатитами происходит различными способами. Гепатиты А и Е передаются преимущественно через загрязненную воду, пищевые продукты и грязные руки. Передача вирусов гепатита В, С и D осуществляется через кровь (при инъекционном введении наркотических средств, использовании нестерильного инструментария и других нарушениях режимов дезинфекции и стерилизации, при медицинских манипуляциях, нанесении татуировок, пирсинге, проведении косметических, маникюрных, педикюрных и других процедур, связанных с нарушением целостности кожи и слизистых оболочек), а также от инфицированной матери ребенку во время родов и при незащищенном половом контакте. Наибольший риск инфицирования вирусами гепатита В, С и D связан с потреблением наркотических средств инъекционным путем. Сохраняется риск инфицирования во время переливания препаратов крови, если были нарушены требования к их заготовке и использованию.

По информации ВОЗ более 300 млн. человек сегодня больны разными формами вирусных гепатитов и почти 1,5 млн. человек ежегодно умирают от гепатитов или связанных с ними осложнений. По итогам 2025 года в Российской Федерации зарегистрировано 4802 острых и 73080 случаев хронического гепатита (показатель 3,28 и 49,95 на 100 тыс. населения соответственно), на территории Новгородской области 40 острых (7,00 на 100 тыс. населения) и 447 хронических вирусных гепатитов (78,22 на 100 тыс. населения). За 6 месяцев 2026 года в Новгородской области выявлено 2 острых (0,35 на 100 тыс. населения) и 214 (37,45 на 100 тыс. населения) хронических гепатитов.

Наиболее эффективным методом профилактики является вакцинация. На сегодняшний день существуют вакцины для профилактики гепатита А и В. Согласно национальному календарю профилактических прививок вакцинации против вирусного гепатита А (ВГА) подлежат лица, проживающие в регионах, неблагополучных по заболеваемости ВГА, а также лица, подверженные профессиональному риску заражения (медицинские работники, работники сферы обслуживания населения, занятые на предприятиях пищевой промышленности, а также обслуживающие водопроводные и канализационные сооружения, оборудование и сети). А также контактные лица в очагах ВГА.

Курс вакцинации, обеспечивающий длительную защиту, состоит из 2-х прививок, проводимых с интервалом 6–12 мес. Одна прививка защищает в течение года. Двукратная вакцинация защищает на 5 -10 лет и более.

Иммунизация населения против гепатита В проводится в рамках национального календаря профилактических прививок с 1996 года. Прививки против этой инфекции проводятся бесплатно детям и взрослым в возрасте до 55 лет не привитым ранее против этой инфекции.

Помимо вакцинации для профилактики вирусных гепатитов следует:

- употреблять только кипяченую или бутилированную воду гарантированного качества. Вода из открытых водоемов, колодцев и родников — под запретом.

- тщательно мыть фрукты, овощи, ягоды и зелень нужно в под проточной водой, а в «походных» условиях — ополаскивать кипятком.

- избегать сырой пищи. С помощью термической обработки пищи вирусы погибают при высокой температуре. Поэтому мясо, морепродукты и яйца должны быть полностью готовыми.

- тщательно мыть руки с мылом после посещения туалета, возвращения с улицы и обязательно перед едой и приготовлением пищи.

- соблюдать личную гигиену в быту. У каждого члена семьи должны быть строго индивидуальные предметы, которые могут контактировать с кровью или микротравмами: бритвенные станки, зубные щетки (даже при кровоточивости десен риск заразиться парентеральными вирусными гепатитами реален), маникюрные и педикюрные принадлежности (ножницы, пилочки, кусачки), расчески, мочалки (при наличии микротравм на коже).

- ответственно подходить к косметологическим и медицинским процедурам, так как татуировки, пирсинг, перманентный макияж, маникюр, педикюр — все, что нарушает целостность кожи — должно выполняться только в лицензированных учреждениях с использованием стерильных (одноразовых или прошедших стерилизацию в автоклаве) инструментов. Не стесняйтесь требовать, чтобы вам показали процесс вскрытия стерильной упаковки. В медицинских учреждениях все манипуляции, связанные с кровью (инъекции, забор крови), должны проводиться только одноразовыми инструментами. Это касается и стоматологии.

- избегать случайных сексуальных связей. Вирусы передаются при незащищенных половых контактах. Единственный барьер — презерватив.

- категорически отказаться от наркотиков. Внутривенное употребление наркотиков — один из главных путей передачи гепатитов С и В. Повторное использование игл и шприцев — это прямой путь к заражению. Отказ от наркотиков — это не только профилактика гепатита, это спасение жизни.

- всем беременным женщинам следует проходить скрининг на гепатиты В и С. Это позволяет вовремя начать профилактику вертикальной передачи (от матери к ребенку во время родов) и родить здорового малыша.