

## **Защити себя и своих близких от парентеральных вирусных гепатитов**

Вирусные гепатиты — это группа инфекционных заболеваний, поражающих печень. Среди них особое место занимают гепатиты с парентеральным путём передачи, то есть передающиеся через кровь и другие биологические жидкости. К таким относятся прежде всего гепатиты В, С и D. Они могут долго протекать бессимптомно, но при этом приводить к серьёзным последствиям, включая цирроз и рак печени.

Парентеральный путь — это заражение, происходящее напрямую через кровь или повреждённые кожные покровы и слизистые оболочки. Единственным источником заражения больной человек в хронической форме, заражение от больных в острой стадии имеет место лишь в 4-6% случаях.

### **Основные способы передачи парентеральных вирусных гепатитов:**

- переливание инфицированной крови и её компонентов;
- пересадка органов или тканей и процедура гемодиализа (высокий риск);
- использование нестерильных медицинских инструментов;
- инъекционное употребление наркотиков (использование общих шприцев);
- нанесение татуировок, пирсинга или косметических процедур с нарушением санитарных норм;
- незащищённые половые контакты;
- передача от матери ребёнку во время беременности или родов;
- использование общих предметов личной гигиены (бритвы, маникюрные принадлежности).

Хроническое течение заболевания может привести к тяжёлым осложнениям в виде цирроза печени, печёночной недостаточности. Особую опасность представляет гепатит С, который часто называют «ласковым убийцей» из-за длительного бессимптомного течения.

### **Соблюдение простых мер предосторожности значительно снижает риск заражения:**

1. Вакцинация – одно из самых проверенных и безопасных способов профилактики гепатита В. Прививка рекомендуется детям и взрослым, не имеющим иммунитета.
2. Личная гигиена – не пользуйтесь чужими бритвами, зубными щётками, маникюрными принадлежностями.
3. Безопасные процедуры:
  - выбирайте проверенные салоны для татуировок, пирсинга и косметических услуг;
  - убедитесь в стерильности инструментов.
4. Половая безопасность
  - используйте средства барьерной контрацепции (презервативы).
5. Медицинская безопасность включает в себя:
  - обращение только в лицензированные медицинские учреждения;
  - использование одноразовых инструментов.
6. Осознанное поведение:
  - избегайте контакта с чужой кровью;
  - не используйте общие шприцы и иглы.

Парентеральные вирусные гепатиты — серьёзная угроза для здоровья, но во многих случаях их можно предотвратить. Внимательное отношение к своему здоровью, соблюдение правил гигиены и своевременная вакцинация помогают защитить себя и своих близких.

Регулярные медицинские обследования позволяют выявить заболевание на ранней стадии и начать эффективное лечение.

Берегите своё здоровье — оно в ваших руках.