Методические рекомендации по профилактике вирусного гепатита С

Что такое гепатит С?

Гепатит – воспаление печени: крупного органа, находящегося в правом подреберье. Существует много факторов, которые могут вызвать гепатит, например, употребление алкоголя, приём некоторых лекарственных препаратов или инфицирование некоторыми вирусами.

Гепатит С – это заболевание, которое вызывается вирусом гепатита С. При этом заболевании поражается преимущественно печень, однако могут повреждаться и другие важные органы, например, почки или щитовидная железа. Если после инфицирования вирусом гепатита С организм человека не смог самостоятельно или в ходе лечения с ним справиться и вирус продолжает размножаться более шести месяцев, значит, заболевание перешло в хроническую форму. Хронический гепатит С возникает достаточно часто, в среднем у трёх из четырёх человек, инфицированных гепатитом С. У каждого четвёртого заболевание проходит самостоятельно и зачастую человек узнает об этом случайно спустя много лет.

Что важно знать о вирусе гепатита С?

Вирус – это мельчайшая частица, увидеть которую можно только с помощью электронного микроскопа. Вирусы могут размножаться лишь в живых клетках. Вне живого организма вирусы, как правило, быстро погибают.

Вирус гепатита С представляет собой участок генетического материала (рибонуклеиновую кислоту, или РНК), окружённый белковой оболочкой и дополнительной внешней оболочкой. В результате размножения вируса в клетках печени человека (гепатоцитах) нарушается их функция и они могут погибнуть, а вышедшие из них вирусы продолжают поражать всё новые и новые клетки. Вирус принято обозначать латинскими буквами HCV, что означает Hepatitis C Virus – вирус гепатита С.

Как можно заразиться вирусом гепатита С?

Вирус гепатита С в большом количестве находится в крови и других биологических жидкостях инфицированного человека. Заражение чаще всего происходит, когда кровь инфицированного попадает в кровь или на повреждённую кожу (слизистые оболочки) другого человека.

Риск инфицирования вирусом гепатита С наиболее высок у людей, употребляющих инъекционные наркотики. Инфицирование возможно при проведении медицинских манипуляций, нанесении татуировок, пирсинге, проведении косметологических процедур, маникюра или педикюра, если при этом используются нестерильные иглы или другие инструменты.

В домашних условиях заразиться можно при совместном использовании с другими членами семьи общих бритв (с лезвиями), маникюрных (педикюрных) принадлежностей. Частицы крови могут оставаться на поверхности инструментов, и в случае микротравм вирус может попасть в ранку и вызвать заболевание.

Вирус гепатита С редко, но может передаваться половым путём и от инфицированной матери ребёнку во время беременности или родов.

Что делать для профилактики заражения и как не заразить других?

1) За проведением косметологических процедур, в том числе нанесением татуировок, пирсинга следует обращаться в организации, имеющие необходимые разрешения на оказание соответствующих услуг, специалисты которых прошли обучение безопасным правилам работы и используют стерильные инструменты (одноразовые или многоразовые).

2) В домашних условиях необходимо пользоваться только собственными бритвами, маникюрными (педикюрными) принадлежностями, зубными щётками, полотенцами и другими средствами гигиены и не допускать их использования другими членами семьи.

3) Для профилактики полового пути передачи используйте барьерные средства защиты (презервативы).

4) Перед планированием беременности семейной паре рекомендуется пройти обследование в том числе на вирус гепатита С.

Как проявляется заболевание?

В большинстве случаев гепатит С протекает скрыто. Инфицированный человек на протяжении длительного времени чувствует себя хорошо и, как правило, не может назвать период, когда его самочувствие ухудшалось (что могло бы свидетельствовать о начале заболевания). На ранних стадиях заболевания у некоторых людей отмечаются неспецифические симптомы (слабость, повышенная утомляемость, головные боли), в крайне редких случаях может возникнуть потемнение цвета мочи, обесцвечивание кала, пожелтение склер («белков» глаз), пожелтение кожи и кожный зуд. Если хронический гепатит С остаётся не выявленным на протяжении многих лет и заболевание доходит до стадии цирроза печени, то возникают более серьёзные симптомы, связанные с нарушением функций печени: снижение массы тела, накопление свободной жидкости в брюшной полости (асцит), кровотечение из вен пищевода, нарушения функции мозга (энцефалопатия).

Чем опасен гепатит С?

При длительном течении заболевания (на протяжении многих лет) у инфицированного человека происходит замещение нормальной ткани печени соединительной тканью (фиброз печени). Это своего рода рубцовые изменения в результате хронического воспаления. Конечной стадией фиброза является цирроз печени, при котором нарушается структура ткани печени, а при тяжёлом (декомпенсированном) циррозе страдает уже функция органа. У некоторых пациентов на фоне цирроза печени может возникнуть злокачественное новообразование (гепатоцеллюлярная карцинома), поэтому всем людям с хроническим гепатитом С важно наблюдаться у врача и регулярно проходить необходимые обследования.

У некоторых пациентов возникают внепеченочные проявления хронического гепатита С в виде заболеваний почек, кожи, щитовидной железы, нарушений в системе крови.

Как выявить заболевание?

Гепатит С можно выявить только с помощью комплекса специальных исследований, которые условно можно разделить на три группы:

1) анализы крови, которые указывают на инфицирование вирусом в настоящее время или на ранее перенесённый гепатит С;

2) анализы крови, которые отражают воспаление печени, а также функцию печени;

3) исследования, которые помогают оценить размеры печени, состояние её ткани и других органов брюшной полости (УЗИ и другие инструментальные исследования).

Основное значение принадлежит первой группе. Это, в первую очередь, тесты на антитела, которые вырабатываются в организме в ответ на появление вируса. Для обозначения антител обычно используется приставка anti-. Полностью это выглядит так: anti-HCV. Антитела бывают двух классов – IgG и IgM (Ig – immunoglobulin (иммуноглобулин), латинское название антител). Основным классом антител являются anti-HCV IgG, которые вырабатываются как при остром, так и при хроническом гепатите С. Анализ на anti-HCV IgG (иногда указывают только anti-HCV) проводится всем пациентам, когда хотят проверить, есть ли у них гепатит С. Эти антитела также встречаются у тех, кто ранее переболел гепатитом С и выздоровел самостоятельно, или у тех, кто вылечился в результате приёма специальных противовирусных препаратов. Поэтому, если у человека положительный результат анализа на anti-HCV, этого недостаточно, чтобы установить диагноз гепатита С. Необходимо комплексное обследование, которое должно обязательно включать анализ крови на РНК вируса гепатита С или core-антиген

вируса гепатита С. Существуют качественный и количественный анализы на РНК вируса гепатита С. Положительный качественный анализ указывает на наличие вируса в организме человека и используется для подтверждения заболевания. Количественный анализ позволяет определить концентрацию вируса в крови и проводится некоторым пациентам перед назначением противовирусной терапии.

Что делать при подозрении на заражение вирусом гепатита С или выявлении антител к вирусу?

Если есть обоснованные подозрения на заражение вирусом гепатита С, а также если в результате лабораторного исследования обнаружены антитела к вирусу гепатита С или РНК вируса гепатита С, необходимо сразу обратиться в медицинскую организацию. Врач примет решение о необходимости дальнейшего обследования и лечения.

Можно ли вылечить хронический гепатит С?

Гепатит С уже многие годы является излечимым заболеванием! Приём курса специальных противовирусных препаратов приводит к полному удалению (элиминации) вируса из организма человека и выздоровлению от гепатита С. Большинству пациентов в настоящее время может быть назначен приём таблетированных препаратов в течение двух-трёх месяцев. Но важно помнить, что лечение гепатита С имеет много особенностей, поэтому назначать препараты должен только врач. Человек, который вылечился от гепатита С, больше не может заразить других.

Что ещё важно знать, если человек инфицирован вирусом гепатита С?

Вирус гепатита С не передаётся при рукопожатиях, объятиях, совместном использовании посуды и столовых приборов, общего постельного белья, поцелуях (при отсутствии повреждений кожи и слизистых оболочек).

Если у кого-то из членов семьи и/или совместно проживающих людей обнаружены антитела к вирусу гепатита С (anti-HCV) или РНК вируса гепатита С, всем остальным людям, у которых был риск инфицирования, необходимо сдать анализ крови на антитела к вирусу (anti-HCV) и РНК вируса гепатита С непосредственно после обнаружения инфицирования и далее однократно через 30 календарных дней, в дальнейшем – не реже одного раза в год или через шесть месяцев после разобщения либо выздоровления больного вирусным гепатитом С.

Анализ крови на РНК вируса гепатита С в возрасте четырёх-шести месяцев необходимо проводить всем детям, рождённым от инфицированных вирусом гепатита С матерей.

При условии стабильных моногамных отношений в семье риск заражения вирусом гепатита С невысок. Но для полного исключения инфицирования рекомендуется использование презервативов.

Передача вируса гепатита С от матери к ребёнку возможна, но происходит нечасто. Вирус гепатита С не влияет на развитие плода. Инфицирование вирусом гепатита С не влияет на способ родоразрешения (возможны как естественные, так и искусственные роды). Кормление грудью при гепатите С разрешается.

Необходимо сообщать об инфицировании вирусом гепатита С всем врачам, к которым вы обращаетесь для обследования и лечения.

Всем, инфицированным вирусом гепатита С, необходимо полностью исключить алкоголь, так как его употребление способствует более быстрому повреждению печени.

При хроническом гепатите С и нормальной функции печени особых рекомендаций по питанию нет. Специальная диета необходима только на поздней стадии гепатита С, при выявлении цирроза печени.

Ограничений по занятиям спортом при гепатите С также нет, но важно помнить, что при контактных видах спорта, связанных с получением травм (бокс, борьба и другие), возможно попадание крови на слизистые оболочки или повреждённую кожу другого человека, что может привести к заражению.

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

#ТЫСИЛЬНЕЕ ВИРУСА! ВМЕСТЕ МЫ ПОБЕДИМ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ С?

ГЕПАТИТ С – ЭТО ВИРУСНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ПРИ КОТОРОМ ПРЕИМУЩЕСТВЕННО ПОРАЖАЕТСЯ ПЕЧЕНЬ. ЕСЛИ ВИРУС НАХОДИТСЯ В ОРГАНИЗМЕ БОЛЕЕ 6 МЕСЯЦЕВ, ЗНАЧИТ ЗАБОЛЕВАНИЕ ПЕРЕШЛО В ХРОНИЧЕСКУЮ ФОРМУ.

КАК МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ?

через кровь

при половых контактах

от матери к ребенку

при нанесении татуировки, пирсинге

при проведении косметологических процедур, маникюра или педикюра

при инъекциях наркотиков

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ ЗАБОЛЕВАНИЕ?

В большинстве случаев гепатит С протекает бессимптомно.
Возможно появление таких признаков, как:

слабость, повышенная утомляемость

головная боль

кожный зуд

пожелтение белков глаз

ЧЕМ ОПАСЕН ГЕПАТИТ С?

Фиброз (формирование рубцовой ткани внутри печени)

Цирроз (рубцовая ткань заменяет здоровую)

Рак печени (формирование злокачественной опухоли)

Всем людям с хроническим гепатитом С важно наблюдаться у врача и регулярно проходить обследования.

КАК ВЫЯВИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ?

Гепатит С можно диагностировать с помощью исследований:

- анализы крови на инфицирование в настоящее время или на ранее перенесенный гепатит С;
- биохимический анализ крови;
- УЗИ органов брюшной полости и другие исследования.

МОЖНО ЛИ ВЫЛЕЧИТЬ ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ С?

Да! Прием курса противовирусных препаратов полностью удаляет вирус гепатита С из организма человека. Обратите внимание, что такое лечение имеет много особенностей, поэтому назначать лекарства должен только врач.

ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ,

ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ГЕПАТИТ С?

Можно ли здороваться за руку и обнимать инфицированного человека?

Да! Заразиться таким образом невозможно.

Нужно ли обследовать всех членов семьи инфицированного?

Заразиться при бытовом контакте в большинстве случае нельзя, но при половых контактах супругов такой риск существует. Поэтому партнеру инфицированного человека необходимо сдать кровь на антитела к вирусу (anti-HCV).
Также в обследовании нуждаются те, кто контактировал с кровью больного гепатитом С, и дети, рожденные от инфицированных матерей.

Можно ли готовить еду для членов семьи при гепатите С? Что если человек порежется во время приготовления пищи?

Можно! Даже если из-за случайного пореза капля крови попадет в еду, никто не заразится: ферменты пищеварительной системы уничтожат вирус.

Можно ли заразить(ся), если есть из одной тарелки или пользоваться общими столовыми приборами?

Нет! Вирус не передается при совместном использовании посуды или столовых приборов

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

#ТыСильнее минздрав утверждает!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ,

ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ГЕПАТИТ С?

Можно ли заразиться, если пользоваться общими маникюрными принадлежностями?

Да! Случается, что частицы крови остаются на поверхности инструментов. В случае микротравм вирус может попасть в ранку и вызвать заболевание. Поэтому все члены семьи должны иметь строго индивидуальные маникюрные принадлежности и такие предметы личной гигиены, как бритвы и пинцеты.

Какова вероятность заразиться половым путем?

Для защиты от заражения рекомендуется использование презерватива.

Заразится ли будущий ребенок от мамы? Насколько заболевание опасно для ребенка?

Передача гепатита С от матери к ребенку возможна, но происходит редко. Сам вирус не влияет на развитие плода. Однако женщинам рекомендуется обследоваться на наличие вируса незадолго до планируемой беременности.

Нужно ли говорить врачам, например, стоматологу, об инфицировании?

Обязательно! Стоит сообщать об этом всем врачам, а особенно тем, кто собирается проводить такие манипуляции, как лечение зубов или хирургические операции.

Какой диеты придерживаться при гепатите С?

В ранние периоды заболевания никаких рекомендаций по диете не существует. Но всем инфицированным крайне важно полностью отказаться от алкоголя! А необходимость в диете возникает только на поздней стадии гепатита С – при циррозе печени.

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

#ТЫСИЛЬНЕЕ МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!

8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ

НА ЗАРАЖЕНИЕ ВИРУСОМ ГЕПАТИТА С ИЛИ ВЫЯВЛЕНИИ АНТИТЕЛ К ВИРУСУ

КАК ВЫЯВИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ?

Гепатит С можно выявить только с помощью специальных исследований, которые условно можно разделить на 3 группы:

1 анализы крови, которые указывают на инфицирование вирусом в настоящее время или на ранее перенесенный гепатит С

2 анализы крови, которые отражают воспаление печени, а также функцию печени

3 исследования, которые помогают оценить размеры печени, состояние ее ткани и других органов брюшной полости (УЗИ и другие инструментальные исследования).

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПОДОЗРЕНИИ НА ЗАРАЖЕНИЕ ВИРУСОМ ГЕПАТИТА С ИЛИ ВЫЯВЛЕНИИ АНТИТЕЛ К ВИРУСУ?

Если есть обоснованные подозрения на заражение вирусом гепатита С, а также, если в результате лабораторного исследования обнаружены антитела к вирусу гепатита С или рибонуклеиновую кислоту вируса гепатита С, необходимо сразу обратиться в медицинскую организацию.

Врач примет решение о необходимости дальнейшего обследования и лечения.

МОЖНО ЛИ ВЫЛЕЧИТЬ ХРОНИЧЕСКИЙ ГЕПАТИТ С?

Гепатит С уже многие годы является излечимым заболеванием!
Прием курса специальных противовирусных препаратов приводит к полному удалению вируса из организма человека и выздоровлению от гепатита С.
Лечение является безопасным, его могут получать даже дети с 3 лет.