**Гепатит**

 Словосочетание "вирусный гепатит" с медицинского языка на человеческий переводится довольно просто - воспаление печени, вызванное вирусами. Воспаление печени может возникать при очень многих вирусных инфекционных болезнях - при ветряной оспе, при инфекционном мононуклеозе, при герпетической инфекции, при СПИДе, в конце концов. Но во всех перечисленных случаях (а список далеко не полный) поражение печени является лишь ***одним из многих*** других проявлений болезни.
Называя же болезнь "вирусный гепатит" и описывая ее различных возбудителей, врачи имеют в виду совершенно конкретную вирусную инфекцию, при которой именно поражение печени является ***главным*** и определяющим признаком болезни.
В настоящее время изучено и описано уже несколько вирусов, способных вызывать вирусный гепатит. Различные вирусы и, соответственно, вызываемые ими гепатиты принято обозначать буквами (А, В, С и т. д.). Попадая в организм человека вирусы гепатита поражают совершенно определенные клетки, именно те, которые он (вирус) может заставить работать на себя. Очевидно, что конкретная клетка не в состоянии выполнять свои основные функции, и с этим связаны конкретные симптомы конкретной болезни. Привирусных гепатитах такой клеткой является ***гепатоцит*** - основная клетка печени. Чем больше гепатоцитов поразил вирус, тем меньше способности человеческой печени к выполнению своих функций, тем тяжелее и опаснее болезнь.

Все изученные к настоящему времени вирусные гепатиты можно с уверенностью разделить на *две основные группы, отличающиеся друг от друга по способу заражения.* Первая группа - *типичные кишечные инфекции*, имеющие так называемый "фекально-оральный" путь передачи, - к ним относятся **вирусный гепатит А и вирусный гепатит Е** Вторая группа - *типичные кровяные инфекции*: путь передачи - кровь и другие жидкие среды организма (слюна, сперма, грудное молоко). Представители этой группы - **вирусный гепатит В, вирусный гепатит С и вирусный гепатит дельта**. Теперь несколько слов про каждый из перечисленных гепатитов.

**Вирусный гепатит А**

Одна из самых распространенных кишечных инфекций, уровень заболеваемости которой теснейшим образом связан с санитарно-гигиеническим состоянием конкретной территории, особенно (!!!) с качеством питьевой воды. Восприимчивость к этому вирусу всеобщая, т. е. любой человек, имеет реальные шансы заразиться; перенесенная болезнь оставляет очень длительный, практический пожизненный иммунитет, а дети до 14 лет болеют в 3 раза чаще, чем взрослые. С учетом особенностей заражения (водный путь) понятно, что чем больше потребление воды, тем больше шансов инфицироваться. Неудивительно, что в конце лета и в начале осени имеет место подъем заболеваемости - летом воды надо много, и именно летом легче всего заразиться. Ну а поскольку инкубационный период при гепатите А, как правило, составляет от 4 до 6 недель, то вполне понятно, что минимальная заболеваемость имеет место в начале лета, а к осени все, кто выпил не то что надо было, как раз и заболеют.

**Вирусный гепатит Е**

Тоже кишечная инфекция, почти идентичная по всем параметрам гепатиту А, но распространенная больше в странах Азии и Африки. Если для того, чтобы заразиться гепатитом А, теоретически достаточно проглотить один-единственный вирус, то при гепатите Е инфицирующая доза (т. е. количество вирусов, необходимых для заражения) должна быть довольно большой. Именно поэтому гепатитом Е редко заражаются бытовым путем (через грязные руки), но часто (естественно, там, где вирус распространен) - через системы водоснабжения. Эпидемиологи считают, что высокая заболеваемость гепатитом А - следствие *плохого* санитарного состояния систем водоснабжения, а заболеваемость гепатитом Е - свидетельство *очень плохого* состояния указанных систем. Неудивительны в этой связи эпидемии гепатита Е в азиатских странах, когда количество заболевших исчисляется десятками тысяч человек.

**Вирусный гепатит В**

Относится к инфекциям, наиболее значимым в социальном и экономическим отношении. По данным ВОЗ, *более 1 миллиарда людей инфицированы* ***вирусом гепатита В****, при этом заболевают ежегодно более 50 млн, а более 2 млн - умирают!* Как мы уже отметили, вирус гепатита В передается через зараженную кровь и (реже) половым путем. Не следует заблуждаться касательно того, что, если вы не обращались за медицинской помощью и тщательно выбирали половых партнеров, то болезнь вам не грозит.
*Для заражения достаточно мельчайшей капельки крови и, порой, источником заражения является общая зубная щетка или страстные поцелуи.*Нередки случаи инфицирования при проведении косметических процедур, прокалывании ушей, нанесении татуировок, использовании общих бритв, хотя на первом месте, и это однозначно, лечебно-диагностические медицинские процедуры - операции, инъекции, переливания крови и т. п. Инкубационный период при гепатите В заметно более длительный, чем при гепатите А - от 2-х до 6-ти месяцев. В целом, гепатит В отличается наибольшей из всех вирусных гепатитов тяжестью болезни - у 10% больных после перенесенного острого гепатита развивается хронический гепатит, нередко заканчивающийся циррозом печени. Очень важным моментом в распространении заболевания является тот факт, что от 5 до 10% людей, перенесших гепатит В, становятся хроническими носителями (и распространителями) вируса.
Если заболевание беременной женщины гепатитом А для плода не опасно, то при гепатите В риск заражения и плода, и новорожденного очень высок.

**Вирусный гепатит С**

Распространяется так же, какгепатит В, но протекает несколько легче. Вовсе не является редкостью - до 15% всех вирусных гепатитов связаны именно с гепатитом С.

**Вирусный гепатит  Дельта**

Очень (!) страшный вариант вирусного гепатита. Особенностью дельта вируса является тот факт, что размножаться и вызывать болезнь он способен только в присутствии вируса гепатита В. Таким образом, печень поражают одновременно два вируса, и, упрощенно говоря, дельта вирус как бы усиливает поражающий эффект вируса гепатита В с самыми неблагоприятными последствиями.

\* \* \*

Отличить по симптомам болезни один вирусный гепатит от другого почти невозможно (для этого проводятся довольно сложные лабораторные исследования). В то же время, не очень сложные исследования позволяют с уверенностью ответить на вопрос - есть вирусный гепатит или нет?
Существует ***три типичных симптома***, характерных для любого **вирусного гепатита**:
1) желтуха (желтушное окрашивание кожи и слизистых оболочек);
2) темная моча;
3) светлый кал.
Другие проявления болезни могут быть весьма разнообразными – повышение температуры, рвота, тошнота, понос, боли в животе, головная боль.
Нередки относительно легкие, безжелтушные формы болезни, когда только анализы могут позволить врачу правильно поставить диагноз.
Ни один врач, даже самый опытный и даже располагающий результатами самого наилучшего обследования, не может прогнозировать течение болезни - и сроки выздоровления, и тяжесть заболевания, и вероятность осложнений вплоть до развития цирроза печени в очень малой степени зависят от усилий медицинских работников и определяются всего лишь тремя факторами:
1) активностью вируса;
2) способностью организма "постоять за себя";
3) точностью, с которой больной выполняет врачебные назначения.
К огромному сожалению, возможности медицины в лечении вирусных гепатитов очень невелики. Больные с тяжелыми формами заболевания и с выраженной печеночной недостаточностью лечатся в реанимационных отделениях инфекционных стационаров. Лечение это очень сложное, очень дорогое и, как это ни печально, часто не очень эффективное. Способов борьбы непосредственно с вирусами еще не придумали, поэтому цель лечения - уменьшение нагрузки на печень и коррекция тех расстройств, которые имеют место при печеночной недостаточности (токсикоз, нарушения свертывания крови, расстройства пищеварения и т. д.).
**При легких и среднетяжелых формах вирусных гепатитов главные и практически единственные способы лечения - это соблюдение диеты и покой.** Суть диеты - легкоусвояемые продукты. Категорическое исключение жиров. Достаточное количество жидкости. Именно поэтому лечение в условиях стационара представляется более предпочтительным, поскольку:
а) меньше вероятность того, что кто-нибудь из любвеобильных родственников "пожалеет" и даст чего-нибудь вкусненького;
б) можно вовремя помочь при нарастании тяжести заболевания, к примеру, ввести внутривенно достаточное количество жидкости, когда из-за рвоты человек не может пить (при **в**ирусном гепатите врачи стараются не назначать противорвотные лекарства, поскольку большинство из них разрушается в печени, что может только ухудшить состояние больного);
в) легче ограничить двигательную активность.
Конечно же, врачи при вирусных гепатитах лекарства назначают - витамины, карсил, эссенциале, гемодез, глюкозу . Но наиболее сложным психологическим моментом лечения вирусного гепатита является тот факт, что человек, как правило, склонен переоценивать значимость капельниц и витаминов, недооценивая при этом важность элементарной диеты.
***Вся польза всех вместе взятых наимоднейших лекарств может быть с легкостью нейтрализована кусочком сала или рюмкой алкоголя!***

**Профилактика гепатита**

**Гепатит А,Е**

Тщательно мойте руки с мылом под проточной водой после туалета, смены детских памперсов, а также перед готовкой и употреблением пищи. Это является самой важной мерой в предотвращении заражения гепатитом А. Если вы путешествуете в районы, где распространен гепатит А, и нет никакой санитарии, кипятите воду, очищайте овощи и фрукты перед употреблением внутрь. Приучайте своих детей мыть руки. Меняйте детские памперсы на поверхностях, которые можно легко помыть и продезинфицировать (например, 1 столовая ложка бытового отбеливателя на литр воды). Никогда не меняйте памперсы на столах, где вы едите или готовите пищу. Нужно быть осторожным в приготовлении моллюсков, особенно если у вас уже есть хроническая форма заболевания печени. Пейте воду только из разрешенных источников.

Сообщите врачу, если кто-то в вашей семье болеет гепатитом А. В некоторых случаях врач может назначить инъекции иммуноглобулина членам семьи заболевшего.
Пройдите вакцинацию, если вы находитесь в зоне высокого риска заражения или планируете поездку в страну с широким распространением гепатита А.

**Гепатит В и С**

Практикуйте безопасный секс. Не употребляйте наркотики. Не делитесь своей жевательной резинкой. Не контактируйте с открытыми ранами, порезами, ожогами и кровью зараженного человека. Пользуйтесь только своей бритвой, зубной щеткой, маникюрными ножницами. Пройдите вакцинацию от гепатита В, если вы находитесь в зоне риска, посоветуйтесь с врачом. Многие врачи считают, что все должны пройти вакцинацию от гепатита В. В настоящее время детям проводят вакцинацию в плановом порядке. В группе риска находятся медицинские работники, зубные техники, активные моногамные пары, наркоманы, люди с вирусом иммунодефицита человека, а также люди, регулярно проводящие диализ.

 М.И.Малькова врач-педиатр ГБ № 1