



ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ • ЧЕРВЕНЬ 2022

ЗДОРОВА УКРАЇНА

НАЙАКТУАЛЬНІШЕ ПРО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ

ГЕПАТИТИ – ЯКІ ІСНУЮТЬ І ЯК УПІЗНАТИ

За оцінками ВООЗ, у світі пів мільярда людей хронічно інфіковані гепатитом В або С. 78% первинного раку печінки та 58% цирозу пов'язані з вірусними гепатитами. Захворіти на гепатит може кожен незалежно від віку, статі та способу життя. Тому за перших ознак гепатиту будь-якого виду варто звернутися по допомогу і не гаяти час із лікуванням.

Гепатит — це запалення печінки, яке в більшості випадків має вірусну природу. Найбільшу небезпеку для людини становлять гепатити В і С.

Види гепатитів

Коли говоримо про гепатит, ідеться про п'ять основних видів вірусу:

- **Гепатит А.** Інші відомі його назви — «хвороба Боткіна» або «жовтуха». Захворювання частіше має легкий перебіг, але бувають і складні випадки. Вірус досить довго (до 10 місяців) живе у воді, проте гине після 5 хвилин кип'ятіння. Йому можна запобігти за допомогою вакцинації.
- **Гепатит В.** На жаль, подолати цей тип вірусу дуже складно. Він легко переходить у хронічну форму та спричиняє низку ускладнень. Сьогодні є терапія, яка успішно призупиняє розвиток вірусу та ураження печінки. Також інфікуванню запобігає вакцинація: дітям роблять щеплення в перші дні життя, проте воно є рекомендованим у будь-якому віці.
- **Гепатит С.** Сучасна терапія допомагає повністю побороити це захворювання. Вакцини наразі не існують.
- **Гепатит D.** Це захворювання може проявитися лише за наявності в організмі вірусу гепатиту В. Інакше HDV не розмножується й не поширюється, тому найкращий захист — профілактика та вакцинація від гепатиту В.

роектується, тому найкращий захист — профілактика та вакцинація від гепатиту В.

- **Гепатит Е.** Ця хвороба особливо небезпечна для вагітних. Вона призводить до печінкової енцефалопатії та смерті. В інших випадках має позитивні прогнози.

Захворювання не обмежується переліченими основними видами гепатиту. Сьогодні активно вивчаються більш рідкісні форми — гепатит F, TTV, SEN, G.

Перші симптоми та ознаки

Інкубаційний період захворювання досить тривалий, часто воно має прихований перебіг, тому перші симптоми можуть з'явитися не одразу. У великій кількості випадків після інфікування симптоми відсутні, тому людина може не здогадатися, що інфікувалась.

До симптомів гострої форми вірусного гепатиту можна віднести такі:

- слабкість і швидку втомлюваність;
- роздратування або апатію;
- нудоту, блювання, біль у животі та діарею;
- потемніння сечі;
- знебарвлення калу;
- пожовтіння шкіри, слизових оболонок і склер («білків» очей);
- підвищену температуру тіла.

Для того щоб перевірити, чи не має людина вірусу, рекомендовано пройти скринінгове обстеження на визначення антитіл до вірусу гепатиту В та С. Скринінгове обстеження можна зробити за допомогою швидких тестів або лабораторного дослідження.

Пройти тестування можна безкоштовно у свого сімейного лікаря.

Що робити, якщо експрес-тест показав позитивний результат

Передусім варто пам'ятати, що позитивний результат скринінгового тесту не означає, що людина має хронічну інфекцію та потребує лікування. Позитивні результати скринінгового обстеження потребують проведення підтверджувальної діагностики.

- Щоби підтвердити (чи спростувати) результат експрес-тесту, потрібно звернутися до лабораторії, здати кров для визначення РНК вірусу гепатиту С методом полімеразно-ланцюгової реакції (ПЛР) та пройти низку досліджень щодо ВГВ.
- Якщо аналіз позитивний, сімейний лікар направить вас до спеціаліста, який займається лікуванням вірусного гепатиту. Відповідно до нових Стандартів медичної допомоги пацієнтам із вірусним гепатитом С, лікувати їх можуть не тільки інфекціоністи, але й інші фахівці, які пройшли відповідні курси.
- Лікар направить вас на додаткові обстеження, зокрема крові й сечі. Потрібно буде з'ясувати ступінь ураження печінки. Крім того, необхідно пройти обстеження на туберкульоз та вірусний гепатит В.
- Після цього лікар призначить схему лікування, яке триватиме 12 або 24 тижні.
- Щоби з'ясувати, чи було лікування успішним, через 12 або 24 тижні потрібно здати кров для визначення РНК вірусного гепатиту С методом ПЛР. Відсутність вірусу свідчатиме про повне вилікування пацієнта.

ГЕПАТИТ А: НЕ ПЕРЕХОДИТЬ У ХРОНІЧНУ ФОРМУ

Гепатит А — захворювання печінки, спричинене вірусом. На відміну від гепатитів В і С, гепатит А не провокує розвитку хронічної хвороби печінки і рідко закінчується смертю. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, майже всі люди, уражені гепатитом А, повністю одужують, і в них формується пожиттєвий імунітет до хвороби.

Як передається гепатит А

Гепатит А найчастіше передається фекально-оральним шляхом. Тобто ви можете заразитись гепатитом А через продукти чи воду, забруднені фекаліями інфікованої людини.

У домашніх умовах гепатит А найчастіше передається через брудні руки, коли інфікована людина готує їжу для всіх членів сім'ї. Тому гепатит А часто називають «хворобою брудних рук».

Вірус гепатиту А також може передаватись при тісному фізичному контакті з інфікованою людиною.

Симптоми гепатиту А

Симптоми гепатиту А можуть проявлятися як у легкій, так і у важкій формі. Найчастіше це:

- підвищена температура;
- слабкість;
- відсутність апетиту, діарея, блювота, неприємні відчуття в животі;
- потемніння сечі;
- пожовтіння шкіри та білків очей.

Варто зауважити, що при гепатиті А не завжди проявляються абсолютно всі симптоми, вказані вище. Наприклад, у інфікованої людини може бути нормальна температура тіла чи звичний колір сечі.

Симптоми гепатиту А значно частіше проявляються у дорослих, аніж у дітей. Більше того, у дітей до шести років дуже часто відсутні будь-які симптоми гепатиту А, а жовтуха розвивається лише у 10%.

У дорослих симптоми проявляються у більш складній формі, а жовтуха з'являється у 70% випадків. Важка форма хвороби і летальні наслідки найчастіше фіксуються у осіб, яким понад 65 років.

Інкубаційний період — 14—28 днів.

Основні правила профілактики гепатиту А

- *Обов'язково мийте руки з милом перед приготуванням та вживанням їжі, а також після кожного відвідування туалету.*
- *Перед вживанням кип'ятіть воду впродовж 10 хвилин, а потім дайте їй відстоятися.*
- *Ретельно мийте овочі та фрукти перед вживанням.*
- *Нині існує вакцина, яка може надати додатковий захист від гепатиту А. В Україні щеплення від гепатиту А не входить до календаря рутинних щеплень (на відміну від Ізраїлю, Китаю чи США), проте в нас зареєстровано дві інактивовані (неживі) вакцини від гепатиту А, дозволені до використання для дітей віком від одного року. Курс щеплень складається з двох доз з інтервалом у шість місяців. Одна з них — комбінована вакцина, яка захищає від двох штамів вірусу гепатиту — А і В.*

Пам'ятайте: лише лікар може підтвердити діагноз гепатиту А і надати рекомендації щодо лікування.

Специфічного лікування гепатиту А не існує. Воно зазвичай спрямовано

на відновлення водного балансу в організмі пацієнта й підтримку збалансованого харчування.

Гепатит В: вберегтися можна завдяки вакцинації

Віруси гепатитів В і С провокують розвиток хронічної хвороби в сотень мільйонів людей по всьому світі, вони є найпоширенішою причиною цирозу та раку печінки. 96% усіх смертей пов'язані із захворюванням на вірусні гепатити В і С.

Гепатит В — це небезпечна для життя інфекція печінки, яку викликає вірус гепатиту В.

Його можливі наслідки — хронічна хвороба печінки та ризик смерті від цирозу та раку печінки. Вберегтися від гепатиту В можна завдяки вакцинації. Гепатит В у разі його переходу у хронічну форму в більшості випадків невиліковний.

Шляхи передачі гепатиту В:

- *від матері до дитини під час народження;*
- *незахищені статеві контакти;*
- *маніпуляції, пов'язані з контактом із кров'ю (татування, пірсинг тощо);*
- *використання нестерильного ін'єкційного інструментарію під час вживання наркотиків.*

Гепатит В є небезпечним і для працівників охорони здоров'я, які можуть отримати травми від уколів голкою під час догляду за пацієнтами, інфікованими вірусом гепатиту В.

Найкращий та найбільш ефективний спосіб профілактики інфікування гепатитом В — це вакцинація.

Вірус гепатиту В не передається через обійми, рукостискання, кашель, чхання, користування громадськими басейнами тощо.

Як захиститися від гепатиту В

Вакцинація формує імунітет на 20—30 років, а інколи — пожиттєво.

Поширенню вірусу гепатиту В можна запобігти, якщо:

- уникати контактів з кров'ю та ріди-нами організму інших людей;
- обирати пероральні ліки замість ін'єкцій там, де це можливо;
- уникати випадкових статевих контактів, завжди використовувати презервативи;
- не ділитися засобами індивідуального користування (бритвами, ножицями тощо);
- використовувати лише одноразові або стерилізовані інструменти для пірсингу і татуювання, манікюру та інших маніпуляцій, де можливі контакт із кров'ю та порушення цілісності шкіри;
- вагітним жінкам, у яких діагностовано гепатит В, слід порадитися з лікарем про те, як запобігти передачі вірусу до дитини.

Чому варто якнайраніше захистити дитину від гепатиту В

Найбільше гепатит загрожує дітям до одного року. Саме в цьому віці є 90% імовірності того, що гепатит В стане хронічною хворобою. Ризик знижується, коли дитина стає старшою. Приблизно у 30—50% дітей, інфікованих у віці від одного до шести років, розвивається хронічний гепатит В.

У 20—30% людей, інфікованих гепатитом В у дитинстві, в подальшому розвиваються цироз та рак печінки.

Хронічний гепатит В невиліковний. Але йому можна запобігти завдяки вакцинації. Щеплення ефективно (на 96%) запобігає інфекції та її хронічним наслідкам. Захист зберігається щонайменше 20 років, а в деяких випадках — упродовж усього життя.

Гепатит С: вакцини не існують, але можна вилікувати

Вірусний гепатит С — це захворювання, спричинене вірусом, який може передаватися через кров від однієї людини до іншої. Хвороба вражає насамперед печінку, проте існу-

ють і позапечінкові прояви. Вірусний гепатит С впливає на фізичний та емоційний стан людини і є потенційною загрозою для життя.

Унаслідок дії вірусу печінка зазнає ушкоджень і зрештою може не впоратися з виконанням життєво важливих функцій. Хронічна форма вірусного гепатиту С може призвести до серйозного пошкодження цього органа, наприклад, фіброзу, цирозу і навіть до раку печінки.

Вакцини проти гепатиту С не існують. Але у 90—95% випадків хворого можна вилікувати. Тому важливо вчасно пройти тест на гепатит С у свого сімейного лікаря і за необхідності розпочати необхідне лікування.

Симптоми гепатиту С

Деякі люди не мають жодних симптомів протягом багатьох років, тоді як інші можуть відчувати підвищену стомлюваність, пітливість (особливо уночі), ломоту в суглобах і м'язах, втрату апетиту і концентрації уваги. Симптоми можуть з'являтися і зникати. На пізніших стадіях захворювання, коли печінку ушкоджено серйозніше, можуть виникати жовтяниця, свербіж, внутрішня кровотеча і закріп.

Тому тестування на гепатити хоча б раз у житті має пройти кожен. І всі, хто користується послугами стоматологічних, косметологічних, татуювальних кабінетів, отримують медичну допомогу або маніпуляції, де є пошкодження цілісності шкіри тощо, де є ризик контакту з кров'ю, перебувають у групі ризику доти, доки не знають свого гепатит-статусу. Водночас своєчасне виявлення хвороби відіграє важливу роль у сприятливому прогнозі.

Шляхи передачі гепатиту С

Фактори ризику вірусного гепатиту С пов'язані з усіма ситуаціями, коли кров інфікованої гепатитом С людини може потрапити до кровотоку іншої людини. Серед таких ситуацій, зокрема:

- переливання крові, хірургічне втручання;
- отримання медичної чи стоматологічної допомоги у країнах, де гепатит є поширеним захворюванням, а інфекційний контроль неякісний;
- спільне використання будь-якого обладнання під час уживання ін'єкційних або інгаляційних наркотиків;
- спільне використання таких предметів, як леза для гоління, зубні щітки або речі, що можуть подряпати шкіру;
- пірсинг, татуювання чи косметичні ін'єкційні процедури (наприклад, введення ботоксу), якщо обладнання для цього використовують повторно;
- статеві відносини (хоча ризик низький, якщо немає кровотечі);
- контакт із кров'ю на роботі, наприклад, поранення голкою, порізи, прибирання крові, робота на місці надзвичайних подій із наявністю крові;
- передача від матері до дитини під час вагітності чи пологів.

Гепатит С не передається через грудне молоко, харчі або воду, під час побутових контактів — обіймів, поцілунків, споживання їжі та напоїв спільно з інфікованою людиною.

Як захиститися від гепатиту С

Ефективність лікування препаратами прямої противірусної дії становить понад 95%.

Вакцини проти гепатиту С не існують. Профілактика полягає у безпечних медичних та інших маніпуляціях, що передбачають контакт із кров'ю.

Поширенню вірусного гепатиту С можна запобігти, якщо:

- пам'ятати про безпечні медичні ін'єкції та стерильне ін'єкційне обладнання;
- тестувати донорську кров на гепатити В і С (а також ВІЛ і сифіліс);
- користуватися засобами індивідуального користування (такими як леза для гоління, манікюрні ножиці тощо).

ПИТАННЯ/ВІДПОВІДІ

? Як уберегти від зараження майбутню дитину, якщо вагітна має гепатит В?

Для жінок із гепатитом В дуже важливі терапія під час вагітності, якщо є відповідні показання, а також вакцинація немовляти після народження. Завдяки повній серії щеплень у більш ніж 95% дітей грудного віку, дітей інших вікових груп і молодих людей формуються захисні рівні антитіл. Від захворювання захищають комплексні вакцини з компонентом гепатиту — три дози до шести місяців.

? Як і коли вакцинувати дитину від гепатиту В?

Для надійного захисту дитина має отримати три дози вакцини:

- **першу** — протягом 24 годин після народження;
- **другу** — у два місяці;
- **третю** — у шість місяців.

Дуже важливо отримати всі три вакцини, адже від цього залежить рівень захисту дитини. Так, після першої дози вакцини дитина має захист у 48% через місяць після вакцинації. Через два місяці після другого щеплення рівень захисту становить 91%, після третьої дози рівень захисту досягає 96%. Три дози вакцини захищають дитину від гепатиту на все життя.

Якщо дитину не було вакциновано вчасно, вакцинація проводиться за схемою «0—1—6», тобто друга вакцина вводиться через місяць після першої, третя — на шостий місяць.

Щеплення від гепатиту В робиться лише внутрішньом'язово.

Вакцина від гепатиту В є в національному Календарі щеплень, її закупає держава, а отже, вакцинація є безоплатною для всіх дітей до 18 років.

? Чи потрібно робити ревакцинацію від гепатиту В?

Повна серія з трьох щеплень формує захисний рівні антитіл у більш ніж 95% вакцинованих. Такий захист зберігається протягом щонайменше 20 років і цілком імовірно — все життя. Тому ВООЗ не рекомендує ревакцинацію людей, які завершили схему щеплень трьома дозами.

? Де можна безоплатно вакцинуватись від гепатиту В?

З 2000 року вакцина від гепатиту В є в національному Календарі щеплень, її закупає держава, а отже, вакцинація є безоплатною для всіх дітей до 18 років.

Новонароджені діти отримують перше щеплення в пологовому будинку, в тому числі у приватних пологових будинках та неонатологічних центрах. Наступні вакцинації проводить сімейний лікар або педіатр, з яким укладено декларацію на дитину. Це так само стосується лікарів-ФОП та приватних клінік, якщо ви підписали декларацію з лікарем там.

У приватних закладах це буде також безоплатно: сюди постачаються вакцини, закуплені за державний кошт.

? Чи можливо повторно захворіти на гепатит С?

Після одужання все-таки є ризик повторного зараження, тому потрібно ретельно дотримуватися всіх правил профілактики вірусного гепатиту С.

? Хто найбільше ризикує заразитись гепатитами?

За даними ВООЗ, найчастіше гепатит А з'являється у дітей раннього віку. Однак захворіти може кожен.

Основні фактори ризику — це погані санітарні умови, відсутність очищеної води, прийом рекреаційних препаратів, проживання з інфікованою людиною, статеві контакти з людиною, у якої гостра форма гепатиту А, поїздки в райони з високою епідемічністю.

Фактори ризику вірусного гепатиту С пов'язані з усіма ситуаціями, коли кров інфікованої гепатитом С людини може потрапити до кровотоку іншої людини.

Гепатит В найбільше загрожує дітям до одного року. Саме в цьому віці 90% є імовірності того, що гепатит В стане хронічною хворобою. Ризик знижується, коли дитина стає старшою. Приблизно у 30—50% дітей, інфікованих у віці від одного до шести років, розвивається хронічний гепатит В.

У 20—30% людей, інфікованих гепатитом В у дитинстві, в подальшому розвиваються цироз та рак печінки.

ЗАВАНТАЖИТИ
ДАЙДЖЕСТИ МОЖНА
ЗА ПОСИЛАННЯМ

