

# А және Е вирустық гепатитінен сақтану шаралары

**Вирустық гепатит** – А, В, С, Д, Е вирустық гепатиті тудырған бауыр аурулары.

Вирустық гепатит кең таралған, ауыр сырқат болып табылады. Көп жағдайда оның алдын алу емдеуден оңай болады.

А және Е вирустық гепатиттері – нәжіс-ауыз арқылы берілетін РНК-сы бар вирустар (А вирустық гепатиті және Е вирустық гепатиті) тудыратын бауыр жасушаларының қабына зақымдалуы және жойылуымен сипатталатын жіті жұқпалы аурулар. Ауру кезінде бауыр мен көкбауырдың ұлғаюуы, олардың функциясының бұзылуы, кейде терінің сарғаюуы, сондай-ақ аурудың эпидемиялық таралуға бейімділігі байқалады.

Гепатит ауру адамнан жұғып, су немесе тамақ арқылы берілуі мүмкін. Міне сондықтан, халықтың сумен жабдықталуы сапасыз ұйымдастырылған, ауыз суы нашар немесе сумен байланысты апаттар, мысалы су басқан елдерде А және Е гепатитінің эпидемиялары жиі пайда болады.

А және Е гепатитін кір қолдар ауруы деп атайды. Жеке гигиенаның қарапайым ережелерін орындамау, жуылмаған азық-түлік, сапасы нашар, ауру жұқтырылған су аурудың себептері болып табылады.

## Сақтану шаралары

- гигиена ережелерін сақтау: асқа отырарда және дәретханадан шыққан соң қолды жуу;
- жуылмаған жеміс-жидек пен көкөніс жемеу;
- белгісіз қайнар көздерден су ішпеу;
- екпе жасату арқылы аурудың алдын алу.



# Меры защиты от вирусного гепатита А и Е

**Вирусный гепатит** – заболевания печени, вызываемые вирусами гепатита А, В, С, Д, Е.

Вирусный гепатит является распространенным и тяжелым заболеванием. Предупредить его зачастую проще, чем вылечить.

Вирусные гепатиты А и Е – острые инфекционные болезни с фекально-оральным механизмом передачи, вызываемые РНК-содержащими вирусами (вирусного гепатита А и вирусного гепатита Е), характеризующиеся воспалительным поражением и гибелью печеночных клеток. Проявляется увеличением и нарушением функции печени и селезенки, иногда желтухой, а также склонностью к эпидемическому распространению.

Заражение гепатитом может происходить от больного человека и передаваться с водой или пищей. Именно поэтому эпидемии гепатита А и Е наиболее часто возникают в странах с некачественным водоснабжением жителей, с плохим качеством питьевой воды или во время стихийных бедствий, связанных с водой, например наводнения.

Гепатит А и Е называют болезнью грязных рук. Несоблюдение элементарных правил личной гигиены, немытые продукты и плохая, инфицированная вода становятся причинами заболевания.

## Меры защиты

- соблюдать правила гигиены: мыть руки перед едой и после посещения туалета;
- не есть немытые овощи и фрукты;
- не пить сырую воду из неизвестных источников;
- вакцинопрофилактика.

