



# ВИРУСНЫЕ ГЕПАТИТЫ: ВАЖНЕЕ, ЧЕМ ТЫ ДУМАЕШЬ



# СОДЕРЖАНИЕ

- Введение.....3
- Вирусный гепатит А.....4
- Вирусный гепатит В.....6
- Вирусный гепатит С.....9
- Вирусный гепатит D.....12
- Вирусный гепатит E.....14
- Гепатиты и ВИЧ.....17
- Контакты.....19

Информация, содержащаяся в настоящем буклет, является позицией РМОО “Встреча”, и не обязательно совпадает с официальной точкой зрения Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией. Равно как и не подразумевает получения одобрения или разрешения на публикацию со стороны Глобального Фонда для борьбы со СПИДом, туберкулезом и малярией.

**Буклет предназначен для лиц старше 18 лет**, издан в рамках проекта международной технической помощи № 2/22/001159 «Укрепление национальных систем профилактики, лечения, ухода и поддержки в связи с ВИЧ и туберкулезом в Республике Беларусь – фаза 2»

Составитель текста: Ю.Атрощенко

Под редакцией: И. Глинская, кандидат медицинских наук, заведующая отделом профилактики ВИЧ-инфекции и вирусных гепатитов ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»

Использованные источники:

Информационный бюллетень Всемирной организации здравоохранения ([who.int](http://who.int))

Справочник MSD (профессиональная версия) ([msdmanuals.com](http://msdmanuals.com))

Министерство здравоохранения Республики Беларусь ([minzdrav.gov.by](http://minzdrav.gov.by))

Портал «Здоровые люди» ([24health.by](http://24health.by))

Городская клиническая инфекционная больница г. Минска ([gkib.by](http://gkib.by))

Медпортал ([medportal.ru](http://medportal.ru))

Портал O-spide.ru ([o-spide.ru](http://o-spide.ru))

Фонд «СПИД.ЦЕНТР» ([spid.center.ru](http://spid.center.ru))

# ВВЕДЕНИЕ



Гепатиты – это общее название воспалительных заболеваний печени, которые могут вызвать целый ряд проблем со здоровьем и даже закончиться смертельным исходом. Различают пять вирусов, вызывающих гепатит - А, В, С, D и E. Все они приводят к заболеванию печени, но между ними имеются существенные различия, в том числе в способе передачи вируса, тяжести заболевания, географии распространения и методах профилактики.

Главное коварство заболевания в том, что у многих людей, инфицированных вирусами гепатита, продолжительное время не наблюдается никаких симптомов либо они выражены слабо. Поэтому человек долгое время не лечится, что может привести к тяжелым последствиям, включая смертельный исход. Кроме того, инфицированный человек является невольным распространителем вируса.

По оценкам ВОЗ, в мире от этой болезни страдает порядка 325 млн человек. В том числе от гепатита В — 257 млн (3,5% населения), от гепатита С — 71 млн (1% населения). Ежегодно от всех вирусных гепатитов умирает 1,34 млн человек.

В то же время некоторые виды гепатита можно предотвратить путем вакцинации, другие поддаются излечению. И заболевания можно избежать, соблюдая простые меры профилактики, о которых мы расскажем.

# Вирусный гепатит А

**Гепатит А** также известен как “**болезнь Боткина**” или “**желтуха**”. Основной путь передачи вируса фекально-оральный, т. е. заражение вирусом происходит в результате употребления продуктов питания, воды, или при соприкосновении с предметами, загрязненными фекалиями зараженного человека. Чаще всего протекает в легкой форме, и очень многие люди выздоравливают самостоятельно, при этом приобретая пожизненный иммунитет. Лишь в редких случаях гепатит А вызывает угрожающие жизни осложнения. Есть эффективная и безопасная профилактическая вакцина.

## Симптомы

Продолжительность инкубационного периода гепатита А обычно составляет 14–28 дней. Симптомы варьируются от легких до тяжелых и могут включать в себя: повышение температуры тела, общее недомогание, потерю аппетита, диарею, тошноту, потемнение мочи и желтуху - пожелтение белков глаз и кожи.

## Диагностика

Точный диагноз подтверждается путем анализа крови.

## Лечение

Специфического лечения гепатита А не существует, поэтому важно воздержаться от неоправданного применения лекарств и обратиться к врачу. Поддерживающее лечение направлено на сбалансированное питание, восполнение потери жидкости, вызванной рвотой и диареей.

## Профилактика



Наиболее **эффективные средства профилактики**:

- соблюдение правил личной гигиены - мытье рук с мылом, использование чистой посуды и предметов личной гигиены;
- повышение безопасности пищевых продуктов и питьевой воды - не употреблять воду из случайных водоисточников и «из-под крана», тщательно мыть овощи, фрукты, ягоды;
- достаточная термическая обработка пищевых продуктов - вирус погибает при температуре кипячения (100 градусов) только через 5 минут;
- вакцинация от гепатита А.



*Особое внимание соблюдению гигиены и санитарных правил необходимо уделять при посещении регионов с широким распространением вируса - это страны Африки, Азии (особенно Индия и Юго-Восточная Азия), некоторые страны Южной Америки и Карибского бассейна.*

## ВАЖНО!

В Беларуси прививка от гепатита А не входит в Национальный календарь прививок, т. к. этот вид заболевания не является для нашей страны частым явлением. Учитывая особенности сексуальных практик, мужчины, практикующие секс с мужчинами (МСМ), находятся в группе риска, поэтому им имеет смысл вакцинироваться от гепатита А.

# Вирусный гепатит В

**Гепатит В** - инфекционное воспалительное заболевание печени, которое представляет собой серьезную проблему здравоохранения во всем мире. Инфекция может переходить в хроническую форму с высоким риском смертельного исхода от цирроза и рака печени. Заразиться можно преимущественно при контакте с инфицированной кровью и половым путем. Другие биологические жидкости человеческого организма (слюна, пот, моча) представляют меньшую опасность.

## Гепатит В передается при:

переливании крови и плазмы от больного

незащищенном половом контакте (без использования презерватива)

от матери новорожденному ребенку

инъекциях загрязненными иглами или использовании нестерильного инструментария при проведении косметических процедур (нанесение татуировок, пирсинг и др.)

Возможен и контактно-бытовой путь передачи — при совместном использовании с больным человеком предметов гигиены (бритвы, ножниц, зубных щеток, полотенца, мочалок).



## Симптомы

В большинстве случаев в начале заболевания гепатит В имеет бессимптомное течение. Тем не менее, в остром состоянии могут возникать следующие симптомы, которые сохраняются в течение нескольких недель:

пожелтение кожи и белков глаз, потемнение мочи, сильная слабость, тошнота, рвота и боли в брюшной полости.

В редких случаях **острый гепатит может привести к развитию острой печеночной** недостаточности с риском смертельного исхода. Возможен переход в хроническое состояние, главная опасность которого — развитие цирроза (от 15 до 40% случаев) и/или рака печени (от 5 до 15%).



До 40 %  
развитие цирроза



До 15 %  
развитие рака печени

## Диагностика

Только по симптомам невозможно отличить гепатит В от вирусных гепатитов других типов. Для диагностики существует несколько методов лабораторного исследования крови.

### Любопытный факт

Изучая ДНК Бетховена, взятую из сохранившихся прядей волос, исследователи увидели признаки гепатита В. Считается, что великий композитор, у которого в течение жизни несколько раз случалась желтуха, скончался в возрасте 56 лет от цирроза печени.

## ●●● Лечение

Для лечения гепатита В используются противовирусные препараты, которые позволяют замедлить процесс развития цирроза печени и снизить риск развития рака печени. **Лечение направлено на поддержание сбалансированного питания, обязательно восполнение потери жидкости, вызванной рвотой и диареей.**

Однако полностью вылечить хронический гепатит В на сегодняшний день невозможно — после приема противовирусной терапии человек может чувствовать себя хорошо, однако вирус остается в клетках печени. Поэтому такие пациенты должны пожизненно оставаться под врачебным контролем.

## Профилактика

Против гепатита В есть высокоэффективная вакцина: не менее 98% привитых вырабатывают иммунитет длительностью 15 и более лет. Поэтому **вакцинация - самый верный путь избежать заболевания.**

Помимо этого, передачу вируса можно предотвратить, также обеспечив безопасность крови для переливания, надлежащую **стерилизацию медицинских инструментов** и тех, которые используются для косметических процедур с повреждением кожи и слизистых (татуаж, пирсинг и т. п.), **использование одноразовых шприцев.** Также необходимо соблюдать **правила безопасного секса, обязательно используя презерватив.**

## ВАЖНО!

В Беларуси массовая вакцинация против гепатита В началась в 1999 году. С этого времени прививка от гепатита В входит в Национальный календарь профилактических прививок Республики Беларусь. Людям более ранних годов рождения лучше уточнить, делали ли им прививку, и в случае необходимости пройти вакцинацию.



# Вирусный гепатит С

**Гепатит С** недаром называют “ласковым убийцей”. Во-первых, острый период заболевания очень часто протекает бессимптомно. Человек может быть инфицирован долгое время и не подозревать об этом, становясь, в свою очередь, источником инфекции. При этом идет воспалительный процесс и разрушаются клетки печени. Иногда даже в хронической стадии заболевание себя не проявляет. Во-вторых, вирус гепатита С умеет маскироваться под другие заболевания, и человек может годами не подозревать, что лечит не ту болезнь. В 80% случаев гепатит С становится хроническим.

Вирус гепатита С имеет сходные с вирусом В пути передачи. Среди них особенно выделяется парентеральный (через кровь) — люди, употребляющие инъекционные наркотики, находятся в зоне риска. Как и гепатит В, гепатит С ведет к развитию цирроза (10-20% случаев) и/или рака печени (1-5% случаев).

## Симптомы

Как было сказано выше, часто протекает бессимптомно. В начальной, а иногда и в средней стадии болезни симптомы стертые и могут быть характерны для других заболеваний: общая слабость, подавленное настроение, ощущение дискомфорта в животе, расстройства стула. Характерная для гепатитов желтушность слизистых оболочек, белков глаз может наблюдаться в небольшой степени.

## ●●● Диагностика

Начало инфекции чаще всего протекает бессимптомно, поэтому в первое время после заражения у большинства заболевших она не диагностируется. И даже людям с хроническим гепатитом С также часто не могут поставить диагноз, поскольку болезнь протекает бессимптомно в течение десятилетий (!) - вплоть до развития симптомов, связанных с серьезным поражением печени.

Поэтому такое большое значение имеет регулярное тестирование на гепатиты тех, у кого имеются определенные факторы риска. Для диагностики гепатита С используются несколько методов лабораторного исследования крови.

## ●●● Лечение

Гепатит С полностью излечим — курс лечения длительный, от 3 до 6 месяцев, его продолжительность зависит от отсутствия или наличия цирроза печени и, соответственно, схемы лечения. Новые противовирусные препараты позволяют добиться успеха в 95% случаев. Следует отметить, что примерно 30% инфицированных вирусом гепатита С людей выздоравливают самостоятельно - за счет сильного ответа иммунной системы. Однако у них даже при отсутствии острой инфекции результат исследования на антитела будет положительным.



95 % пациентов полностью поправляются



30 % инфицированных поправляются самостоятельно



## Профилактика

Вакцины против гепатита С пока нет. Поэтому профилактика инфекции заключается в снижении риска заражения в медицинских учреждениях, а также группах повышенного риска, к которым относятся потребители инъекционных наркотиков и мужчины, вступающие в сексуальные контакты с мужчинами. Использование одноразовых шприцев и презервативов при половых контактах существенно снижают риск инфицирования.

## ВАЖНО!

Иммунитет к гепатиту С после перенесенного заболевания не формируется! Т. е. вылечившись один раз, можно заразиться повторно. В Беларуси лечение гепатита С для граждан бесплатно, но только первый раз. Если человек инфицируется во второй (или более) раз, то вопрос о его лечении будет рассматривать врачебная комиссия.

*Возможно ли одновременно болеть гепатитом В и С?*

Да. Гепатиты В и С вызывают разные вирусы, при этом в обоих случаях поражаются клетки печени. Кроме того, вирусы объединяют общие пути передачи. Поэтому возможно одновременное заражение или заражение при совершенно разных контактах. Сочетание инфекций протекает тяжелее и имеет более серьезные последствия.

# Вирусный гепатит D

**Вирус гепатита D** — это вирус-сателлит: он развивается только в том случае, когда в организме человека уже присутствует вирус гепатита В. Сочетание инфекций провоцирует возникновение более опасных последствий, а также сложнее лечится. Оно может привести к стремительному развитию специфического рака и заболеваний печени, которые, в свою очередь, приводят к смертельному исходу.

Во всем мире вирусом гепатита D заражено почти 5% всех людей с хроническим гепатитом В. К группам высокого риска гепатитов D + В относятся пациенты на гемодиализе и потребители инъекционных наркотиков. Механизм передачи вируса D аналогичен В: через поврежденный кожный покров (при инъекции, нанесении татуировки и т. д.) или в результате контакта инфицированной кровью или продуктами крови.

## Симптомы

Одновременное инфицирование гепатитами D и В может приводить к умеренным или тяжелым формам заболевания, признаки и симптомы которого неотличимы от других типов острых вирусных гепатитов. Эти признаки обычно появляются через 3–7 недель после инфицирования и включают: повышение температуры, утомляемость, потерю аппетита, тошноту, рвоту, потемнение мочи, светлый кал, желтушность слизистых оболочек, белков глаз.



## ●●● Диагностика

Точный диагноз подтверждается путем анализа крови.

## ●●● Лечение

При обнаружении гепатита D обычно назначается специфическое лечение, которое должно длиться не менее 48 недель, независимо от реакции пациента. Обычно происходит полное выздоровление, хроническая форма гепатита D развивается редко - менее чем в 5% случаев.



**ЛЕЧЕНИЕ НЕ МЕНЕЕ  
48 КАЛЕНДАРНЫХ ДНЕЙ**

## Профилактика

Защититься от вируса D помогает только вакцинация от гепатита В.

## ВАЖНО!

Вакцинация против гепатита В не защищает от гепатита D тех, кто уже инфицирован гепатитом В.

# Вирусный гепатит E

Существует не менее 4 типов вируса гепатита E. Генотипы 1 и 2 обнаружены только у человека, в этом случае вирус попадает в окружающую среду с калом инфицированных людей, а затем передается главным образом через загрязненную питьевую воду. Генотипы 3 и 4 циркулируют среди некоторых видов животных, включая свиней, кабанов и оленей. Причем у животных эти заболевания не вызывают, однако могут передаваться человеку. **Гепатит E передается не только от человека к человеку, но и человеку от животных** (зачастую в результате приема в пищу термически не обработанного мяса, особенно печени, свиней, диких кабанов, оленей). Как и остальные гепатиты E **протекает с поражением печени.**

Этот вид имеет географические особенности. В странах с ограниченным доступом к чистой питьевой воде, несоблюдением санитарии, гигиены, вспышки гепатита E обычно являются следствием фекального загрязнения питьевой воды. В Беларуси распространен генотип 3, следовательно, **случаи заболевания чаще всего связаны с животными** - заболевшие участвовали в разделке свиней, туш диких кабанов, употребляли продукты (особенно печень, фарш, колбасы) без должной термической обработки.



## Симптомы

Симптомы появляются в среднем через 5-6 недель после заражения - это повышение температуры, тошнота, рвота, слабость. Затем у некоторых пациентов темнеет моча и развивается желтуха, хотя этот признак при гепатите Е проявляется реже, чем у пациентов с гепатитами А, В, С. При различных иммунодефицитах протекает в более тяжелой форме и может стать хроническим.



## Диагностика

По симптомам гепатит Е не отличается от других типов острого вирусного гепатита. Необходимо исключить гепатит А, если был риск употребления зараженной питьевой воды. Обычно для подтверждения диагноза выполняется исследование крови. Также существуют экспресс-тесты.

## Лечение

Специального лечения острого гепатита Е не существует. Заболевание обычно излечивается самопроизвольно, как правило, без необходимости в госпитализации. Крайне важно воздерживаться от неоправданного использования лекарственных препаратов.

В редких случаях острый гепатит E может протекать тяжело и приводить к острой печеночной недостаточности с риском смертельного исхода. Также беременные женщины с гепатитом E, особенно во втором и третьем триместрах беременности, подвержены повышенному риску развития острой печеночной недостаточности, гибели плода и летального исхода. В этих случаях необходима госпитализация пациентов.

Случаи хронического гепатита E отмечены у людей с ослабленным иммунитетом, особенно у реципиентов донорских органов, принимающих иммуносупрессивные препараты. Такие случаи встречаются редко.

## Профилактика

Риск заражения гепатитом E можно снизить с помощью соблюдения правил гигиены, в частности, избегая употребления питьевой воды и льда неизвестного качества. В Беларуси в группу риска входят работники свинокомплексов, мясокомбинатов, охотники, а также пациенты с разными иммунодефицитами.

## ВАЖНО!

В Беларуси около 15% всех свиней являются носителями вируса гепатита E. Термическая 75-градусная обработка в течение 20 минут убивает вирус.

### *Любопытный факт*

Обследование белорусов разных возрастных групп показало: 13–15% населения Беларуси к 60 годам переболело гепатитом E бессимптомно.



# Гепатиты и ВИЧ

Поскольку ВИЧ и гепатиты В и С имеют схожие пути передачи, многие люди инфицированы несколькими вирусами. Так, по данным ВОЗ, около 1% людей, живущих с гепатитом В (2,7 млн человек), также инфицированы ВИЧ. Средняя распространенность гепатита В среди ВИЧ-позитивных людей составляет 7,4%.

Около 2,3 миллиона человек (6,2%) из примерно 37,7 миллиона людей, живущих с ВИЧ, имеют признаки текущего или перенесенного гепатита С. Тройная инфекция - ВИЧ + гепатит В + гепатит С - наиболее опасна и имеет большую вероятность развития терминальной стадии заболевания печени.

*Во всем мире хронические заболевания печени являются одной из основных причин заболеваемости и смертности среди людей, живущих с ВИЧ.*

**Во всех центрах «Встречи» вы можете бесплатно и анонимно:**

- получить презервативы и лубриканты
- пройти экспресс-тестирование на ВИЧ-инфекцию, гепатиты В, С и сифилис можно консультационных центрах Минска, Витебска, Бреста, Гродно, Гомеля, Могилева, Бобруйска, Светлогорска, Мозыря.

## Запомните эти правила - они могут спасти вам жизнь

- **всегда используйте презерватив** при сексуальных контактах! Одновременно минимизируйте риск повреждения слизистой – **используйте лубриканты**;
- проводите различные манипуляции, которые сопровождаются повреждением кожи (**пирсинг, иглоукалывание, нанесение татуировок, маникюр, педикюр и т.д.**) **только в проверенных местах**, где будут использоваться стерильные одноразовые или многоразовые инструменты;
- **не допускайте совместного использования предметов личной гигиены** (маникюрных ножниц, пинцетов для бровей, бритв, зубных щеток, полотенец и т. д.) - таким путем могут заражаться члены семьи, где живет человек с гепатитом В, или те, кто использует совместно с ним предметы гигиены;
- **пройдите вакцинацию против вируса гепатита В** - это эффективный способ, защищающий человека на всю жизнь;

### А также:

- всем людям **рекомендуется проходить тестирование на ВИЧ-инфекцию раз в год**, тем, кто в большей степени подвержен риску (в частности, представителям ключевых групп) - раз в полгода;
- **людям, живущим с ВИЧ**, необходимо **проходить регулярное обследование на гепатиты В и С**;
- **гепатит С нужно лечить**, причем начинать терапию необходимо как можно раньше;
- **гепатит В** пока вылечить нельзя, но **можно значительно снизить влияние инфекции** на организм **за счет противовирусных препаратов**.

## Наши адреса:

Минск: ул. Сторожевская, 8  
+375 (17) 397-27-18; +375 (33) 389-57-18

Брест: ул. Советская, 25  
+375 (162) 53-07-77; +375 (29) 823-07-77

Витебск: ул. Берестеня, 15, к. 20 А и 20 Б  
+375 (212) 67-14-03; +375 (29) 896-14-03

Гомель: ул. 2-я Революционная, д. 8, корп. 1, к. 1-2  
+375 (232) 53-83-97; +375 (33) 357-83-97

Гродно: ул. Дзержинского, 40, каб. 11  
+375 (152) 62-10-70; +375 (29) 582-13-85

Могилев: ул. Первомайская, 29, оф. 420, 418а  
+375 (222) 77-80-81; +375 (33) 382-81-58

Лида: ул. Машерова, д.12, оф. 304  
+375 (154) 60-81-56; +375 (29) 840-81-56

Светлогорск: ул. Шоссейная, д. 19  
+375 (33) 691-11-81

Бобруйск: ул. Урицкого, д. 94, оф. 7  
+375 (225) 70-18-19; +375 (33) 691-15-44 (моб. тел)

Мозырь: ул. Я. Коласа, д.1, к. 111  
+375 (236) 25-46-23; +375 (33) 374-36-23

Орша: ул. Замковая, 4, оф.1  
+375 (216) 54-30-42; +375 (33) 636-98-98

Солигорск: ул. Подольская, 2 (поликлиника № 2)  
+375 (174) 33-62-89; +375 (29) 700-91-69

Пинск: ул. Завальная, 7, каб. 9  
+375 (165) 62-73-55; +375 (29) 844-85-99



**Контакты на сайте**  
**vstrecha.by**



Остались вопросы?

Заходи в приложение:

«Навигатор Здоровья +»

