



# 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



# 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 Е. 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 многие люди выздоравливают самостоятельно, приобретая при этом 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. Однако, учитывая особенности сексуальных практик, некоторым мужчинам, находящимся в группе риска, 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;
- инъекциях загрязненными иглами или использовании нестерильного инструментария при проведении косметических процедур (нанесение татуировок, пирсинг и др.);
- незащищенном половом контакте (без использования презерватива);
- от матери новорожденному ребенку.

Возможен и контактно-бытовой путь передачи — при совместном использовании с больным человеком предметов гигиены (бритв, ножниц, зубных щеток, полотенец, 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 стерты и могут быть характерны для других заболеваний: общая слабость, подавленное настроение, ощущение дискомфорта в животе, расстройство 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 с 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 заболевания они 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 (фарш, колбасы и особенно печень) 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 млн человек (6,2%) из примерно 37,7 млн 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 в 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, полотенце и т. д.) — таким путем могут заразиться 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**.

# Приходите:

**МИНСК:** ул. Сторожевская, д. 8-3н, каб. 16  
+375 (33) 389-57-18 @vst\_minsk

**МОГИЛЕВ:** ул. Первомайская, д. 29, оф. 335, 420, 418а  
+375 (33) 382-81-58 @vst\_mog

**ГРОДНО:** ул. Дзержинского, д. 40, каб. 11  
+375 (44) 586-87-54 @vst\_grodno

**ГОМЕЛЬ:** ул. 2-я Революционная, д. 8, корп. 1, каб. 1-4  
+375 (33) 357-83-97 @vst\_gomel

**БРЕСТ:** ул. Советская, д. 25  
+375 (29) 823-07-77 @vst\_brest

**ВИТЕБСК:** ул. Берестеня, д. 15, каб. 20 А и 20 Б  
+375 (29) 896-14-03 @vst\_vitebsk

**ЛИДА:** ул. Машерова, д. 12, оф. 304  
+375 (29) 840-81-56 @vst\_lida

**СВЕТЛОГОРСК:** Микрорайон Молодежный,  
ул. Шоссейная, д. 19, 1 эт.  
+375 (33) 691-11-81 @vst\_svet

**БОБРУЙСК:** ул. Урицкого, д. 94, оф. 7  
+375 (33) 691-15-44 @vst\_bobr

**МОЗЫРЬ:** ул. Я.Коласа, д. 1, каб. 111-112  
+375 (33) 374-36-23 @vst\_mozyr

**ОРША:** ул. Замковая, д. 4, оф. 1  
+375 (33) 636-98-98 @vst\_orsha

**ПИНСК:** ул. Комсомольская, д. 61, пом. 7  
+375 (29) 844-85-99 @vst\_pinsk

**СОЛИГОРСК:** ул. Подольская, д. 2 (поликлиника № 2)  
+375 (29) 700-91-69 @vst\_solig

**БАРАНОВИЧИ:** ул. Брестская, д. 112а  
+375 (29) 694-00-34 @Vstrecha\_Baranovichi

**Контакты на сайте  
vstrecha.by**





Остались вопросы?

Заходи в приложение

«Навигатор здоровья +»



*Информация, содержащаяся в настоящем буклете, 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».*

*Текст: 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».*