



## ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИРУСНОГО ГЕПАТИТА «А»

Вирусный гепатит «А» (желтуха) - это острое инфекционное заболевание, при котором поражается печень. Источником инфекции является больной человек. При несоблюдении правил личной гигиены возбудитель легко попадает на окружающие предметы, пищевые продукты, в почву и воду, где способен длительное время (до нескольких месяцев, особенно в холодное время года) сохраняться.

Вирус может попасть в организм следующими путями:

- с водой - заражение возможно при употреблении инфицированной питьевой воды и купании в зараженной воде;
- с пищей - в результате употребления в пищу салатов, зелени, фруктов и др.;
- при тесном контакте с больными людьми.

### Симптомы:

- Начало заболевания напоминает **симптомы гриппа** или острой кишечной инфекции: повышение температуры тела, слабость, недомогание, головная боль, боли в мышцах, снижение аппетита, тошнота, рвота, жидкий стул, боли в правом подреберье или в области желудка.
- На 3-5 день болезни появляется желтушность кожи и склер.

- Обращаться к врачу необходимо при первых признаках болезни, не дожидаясь появления желтухи.
- Заболевание может проходить без симптомов в среднем до месяца, именно в этот период больные являются наиболее заразными и выделяют вирус во внешнюю среду.

### **Профилактика:**

- Наиболее эффективным способом предупреждения заболевания является вакцинация.
- Соблюдение элементарных правил гигиены:
  - Мыть руки перед едой и после посещения туалета.
  - Не пить некипяченую воду из открытых водоемов и не мыть ею фрукты и овощи.
  - Не употреблять в пищу грязные фрукты и овощи.

***ПОМНИТЕ БОЛЕЗНЬ ЛЕГЧЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЧЕМ ЕЕ  
ВЫЛЕЧИТЬ!***

***БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!***

