**Что такое гепатит А и чем он опасен?**

Гепатит А - это серьёзное заболевание, которое поражает печень. Гепатит А вызывается вирусом, которым можно заразиться при употреблении в пищу заражённых продуктов, воды.

Для этой инфекции характерен подъём заболеваемости осенью и зимой. Нередко возникают вспышки, когда заболевает много людей.

**Как проявляется заболевание?**

Заболевание сопровождается желудочно-кишечными расстройствами, повышением температуры тела, изменением окраски мочи, стула, кожных покровов. Если не обратиться за помощью, состояние больного может ухудшиться.

**Как происходит заражение гепатитом А?**

Заражение гепатитом А происходит при употреблении воды, продуктов питания, при купании и контакте с больным человеком. Заражение может происходить в детском саду,  учебном заведении, коллективе, в семье.

**Кто чаще всего болеет гепатитом А?**

Гепатитом А болеют взрослые и дети. Среди детей риск заболевания многократно выше, взрослые переносят гепатит А тяжелее. В большинстве случаев заболевание заканчивается выздоровлением, но регистрируются и смертельные исходы. После болезни человек должен длительно соблюдать строгую диету.

**Как сохранить своё здоровье?**

Соблюдение простых гигиенических правил способно уберечь Вас  не только от гепатита А, но от многих инфекционных заболеваний и пищевых отравлений.

 Пейте кипяченую воду.

Соблюдайте правила личной гигиены: мойте руки до приёма пищи и после посещения туалета, прогулки.

Употребляйте только тщательно вымытые овощи и фрукты.

Откажитесь от продуктов, реализуемых на улице и предприятиях общественного питания сомнительного характера, особенно в летнее время.

**Как защитить себя  гепатита А?**

Это вакцинация. Через две недели после вакцинации в организме появляются специфические защитные белки, сохраняющиеся не менее года. Для полной защиты необходимо повторное введение вакцины. **Помните,  рекомендовать Вам вакцинацию может только врач!**