

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ  
ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ЧЕЛОВЕКА

ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
“ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ  
В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН (ТАТАРСТАН)”

(ФБУЗ “Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)”)

Сеченова ул., д. 13а, г. Казань,  
Республика Татарстан, 420061



КУЛЛАНУЧЫЛАР ХОКУКЛАРЫН ЯКЛАУ ҺӘМ КЕШЕ  
ИМИНЛЕГЕН САКЛАУ ӨЛКӘСЕНДӘ КҮЗӘТЧЕЛЕК  
БУЕНЧА ФЕДЕРАЛЬ ХЕЗМӘТ

“ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА (ТАТАРСТАН)  
ГИГИЕНА ҺӘМ ЭПИДЕМИОЛОГИЯ ҮЗӘГЕ”  
СӘЛАМӘТЛЕК САКЛАУ ФЕДЕРАЛЬ БЮДЖЕТ  
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ

Сеченов ур., 13а йорт, Казан шәһәре,  
Татарстан Республикасы, 420061

тел: (843) 221-90-90, факс: (843) 272-28-50, e-mail: fguz@16.rospotrebnadzor.ru, http://www.16.rospotrebnadzor.ru, www.fbuz16.ru  
ОКПО 76303186, ОГРН 1051641018582, ИНН/КПП 1660077474/166001001

№ \_\_\_\_\_  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Министру образования и науки  
Республики Татарстан  
Хадиуллину И.Г.

О направлении электронной версии памяток

**Уважаемый Ильсур Гараевич!**

В рамках реализации памятной даты «28 июля – Всемирный день борьбы с гепатитом» и в целях популяризации здорового образа жизни среди населения направляем Вам для размещения в подведомственных организациях памятки по профилактике гепатитов А, В, С, Д, разработанные ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)», ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора.

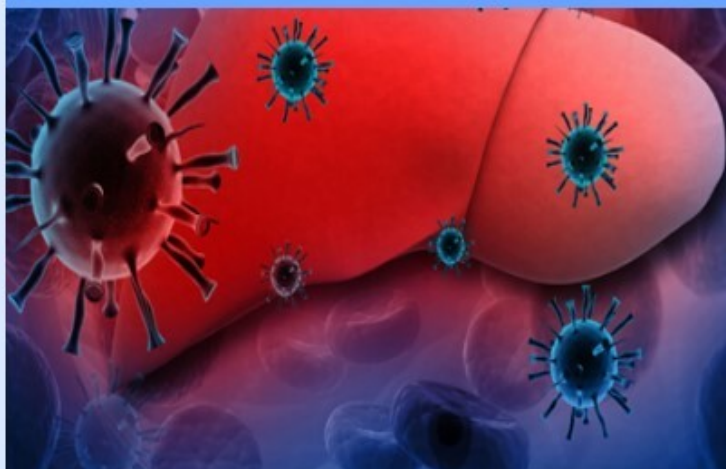
Приложение: на 8л. в 1 экз.

**Главный врач**

**Е.П. Сизова**

Хисамутдинова Гульнара Някибовна  
(843) 221 79 56

# ОСТОРОЖНО! ГЕПАТИТ С



**Острый вирусный гепатит С** – инфекционное заболевание, вызываемое вирусом, с преимущественным поражением печени, с возможным исходом в цирроз и рак печени.

Из-за способности маскировать истинную причину под видом множества других заболеваний гепатит С называют «ласковый убийца».

Отсутствие своевременной и эффективной терапии хронического гепатита С может стать причиной развития печеночной недостаточности с печеночной комой, цирроза, рака печени, печеночной энцефалопатии и гепатоза.

**Источник инфекции** - человек, больной острым или хроническим гепатитом.

**Вирус** обладает невысокой устойчивостью во внешней среде: погибает при температуре 60°C через 30 минут и через 2 минуты при температуре 100°C. При попадании мизерного количества биологического материала, содержащего вирус гепатита С в восприимчивый организм происходит заражение.

## Пути передачи



Переливание крови и компонентов крови, пересадке органов (тканей), при использовании медицинского инструментария инфицированного вирусом гепатита С.



Незащищенный половой контакт, беспорядочные половые отношения.



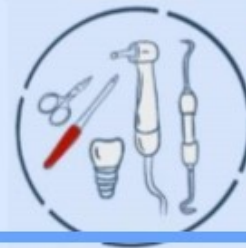
Бытовой путь -при использовании общих с больным гепатитом С зубных щеток, маникюрных и бритвенных приборов



Повторное использование одноразового инструментария при введения инъекционных наркотиков.



От инфицированной матери ребенку при беременности, родах, операционных процедурах.



Использование нестерильного инструментария в косметологии при татуаже, пирсинге, маникюре и других процедурах.

## Симптомы

Головная боль

Желтушность кожи и склер

Тошнота, рвота, потеря аппетита

Темный цвет мочи, обесцвечивание кала





# Как защитить себя и своих близких от гепатита С?

**Соблюдайте простые правила гигиены:**



- используйте только свои предметы личного обихода (зубную щетку, бритву, маникюрный набор, мочалку);



- используйте презервативы при любых половых контактах;



- использовать только одноразовый инструментарий (шприцы, иглы);

- если хотите сделать себе тату, пирсинг, обращайтесь только в специализированные медицинские, косметические салоны. Убедитесь, что мастер использует одноразовые перчатки и стерильные инструменты.

## Специфическая профилактика против Вирусного Гепатита С не разработана.



Наряду с гепатитом В (HBV), ВИЧ-инфекцией и сифилисом гепатит С относят к разряду наиболее актуальных инфекций человека. Если у Вас был риск инфицирования гепатитом С, рекомендуется пройти обследование и сдать анализы.

При выявлении гепатита С необходимо обследовать партнера и находиться под медицинским наблюдением, выполнять все назначения лечащего врача.



*Отсутствие эффективного и своевременного лечения гепатита С уменьшает продолжительность жизни больного человека в среднем на 15-20 лет и нередко становится причиной преждевременной смерти в результате тяжелых осложнений.*



# ГЕПАТИТ А - БОЛЕЗНЬ ГРЯЗНЫХ РУК

ГЕПАТИТ А – ОСТРОЕ ВИРУСНОЕ ИНФЕКЦИОННОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩЕЕСЯ ПОРАЖЕНИЕМ ПЕЧЕНИ С РАЗВИТИЕМ ЛИХОРАДКИ И ПОЖЕЛТЕНИЕМ КОЖНЫХ ПОКРОВОВ

## КАК ПЕРЕДАЕТСЯ?



ОСНОВНОЙ ПУТЬ ПЕРЕДАЧИ – ФЕКАЛЬНО-ОРАЛЬНЫЙ

- ПРЯМОЙ КОНТАКТ С БОЛЬНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ
- ЧЕРЕЗ ЗАГРЯЗНЕННЫЕ ПРОДУКТЫ И ВОДУ
- ЧЕРЕЗ ГРЯЗНЫЕ РУКИ ПРИ НЕСОБЛЮДЕНИИ ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ
- ПРИ КУПАНИИ В ЗАГРЯЗНЕННЫХ ВОДОЕМАХ

## КАК БЫСТРО?

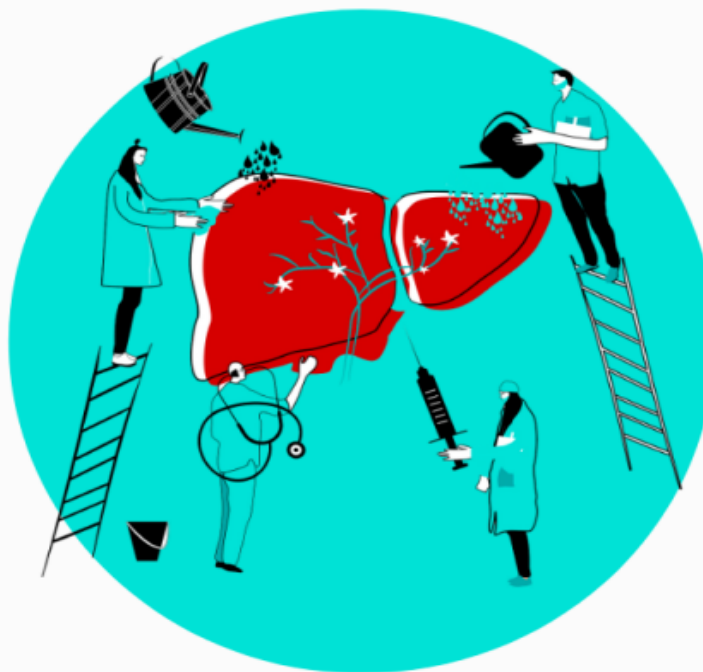
ИНКУБАЦИОННЫЙ ПЕРИОД МОЖЕТ ДЛИТЬСЯ ОТ 7 ДО 50 ДНЕЙ

## СИМПТОМЫ:

- ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ
- БОЛИ И ТЯЖЕСТЬ В ПРАВОМ БОКУ
- ТОШНОТА И РВОТА
- СНИЖЕНИЕ АППЕТИТА
- ЖЕЛТУШНОСТЬ СКЛЕР ГЛАЗ И КОЖНЫХ ПОКРОВОВ
- ПОТЕМНЕНИЕ МОЧИ, ОБЕСЦВЕЧИВАНИЕ КАЛА



**БОЛЬНОЙ ЧЕЛОВЕК ЗАРАЗЕН ДО ПОЯВЛЕНИЯ ЖЕЛТУХИ!**



## КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ?

- МЫТЬ РУКИ ПЕРЕД ЕДОЙ И ПОСЛЕ ПОСЕЩЕНИЯ ТУАЛЕТА
- ПИТЬ ТОЛЬКО БУТИЛИРОВАННУЮ ИЛИ КИПЯЧЕНУЮ ВОДУ
- ТЩАТЕЛЬНО МЫТЬ ОВОЩИ И ФРУКТЫ ПЕРЕД УПОТРЕБЛЕНИЕМ
- КУПАТЬСЯ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ ЧИСТЫХ ВОДОЕМАХ
- НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЧУЖИЕ ЛИЧНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ
- СВОЕВРЕМЕННО ПРИВИТЬСЯ ОТ ГЕПАТИТА А

## КОМУ НУЖНА ПРИВИВКА В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ

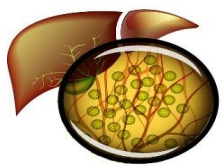
- ДЕТИ С ТРЕХ ЛЕТ, ПРОЖИВАЮЩИЕ НА ТЕРРИТОРИЯХ С ВЫСОКИМ УРОВНЕМ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ГЕПАТИТОМ А
- МЕДИЦИНСКИЕ РАБОТНИКИ, ВОСПИТАТЕЛИ И ПЕРСОНАЛ ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
- РАБОТНИКИ СФЕРЫ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ
- РАБОЧИЕ, ОБСЛУЖИВАЮЩИЕ ВОДОПРОВОДНЫЕ И КАНАЛИЗАЦИОННЫЕ СООРУЖЕНИЯ
- ЛИЦА, ВЫЕЗЖАЮЩИЕ В НЕБЛАГОПОЛУЧНЫЕ ПО ГЕПАТИТУ А РЕГИОНЫ И СТРАНЫ
- КОНТАКТНЫЕ С БОЛЬНЫМИ В ОЧАГЕ ГЕПАТИТА А, РАНЕЕ НЕ БОЛЕВШИЕ И НЕ ПРИВИТЫЕ



[egon.rospotrebnadzor.ru](http://egon.rospotrebnadzor.ru)



# ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ А ?



это «желтуха» или **болезнь Боткина - острое серьезное заболевание, которое поражает печень.** Гепатит А вызывается вирусом, которым можно заразиться в любое время года при употреблении в пищу загрязнённой воды, заражённых продуктов, несоблюдении правил личной гигиены,

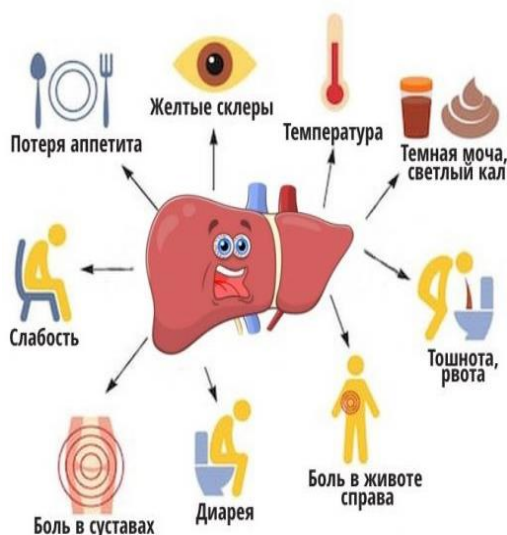
**Источник инфекции** - больные с безжелтушными, стертыми вариантами течения вирусного гепатита А, число которых может в **5-8** раз превышать число больных с выраженной клинической картиной.

**Группы риска.** Восприимчивость людей к заражению гепатитом А составляет **100%**. 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. Иммуитет после принесенного заболевания стойкий, пожизненный.



**Устойчивость вируса.** Вирус устойчив в окружающей среде (при комнатной температуре сохраняется от нескольких недель до нескольких месяцев), в воде (от **3** до **10** месяцев), в испражнениях (**30** суток). При кипячении погибает за несколько минут, чувствителен к ультрафиолетовому облучению.

## Симптомы гепатита А



**Пути передачи** – водный, пищевой и контактно-бытовой.

✚ **через воду** (при использовании недоброкачественной питьевой воды, купании в загрязнённых водоёмах, бассейнах).

✚ **через пищу** (при употреблении продуктов, загрязнённых вирусом во время производства на пищевых предприятиях, предприятиях общественного питания и торговли).

✚ **через грязные руки, предметы обихода** (при несоблюдении правил личной гигиены, например, вирус выделяется от больного человека с испражнениями и может быть передан здоровому человеку при контакте).

**Факторами передачи:** руки, продукты и все предметы, загрязнённые возбудителем инфекции, мухи.

Однако **помните!** возможно заражение гепатитом А через кровь во время медицинских манипуляций, половым путем при орально-анальных и орально-генитальных контактах, но эти пути распространения инфекции являются второстепенными.

## **ПРОФИЛАКТИКА**

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

- ✚ Пейте кипяченую или бутилированную 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.
- ✚ Не заглатывайте воду при купании.

### **Как ещё защитить себя от гепатита А?**

На сегодняшний день самым эффективным методом профилактики вирусного гепатита А является вакцинация.

Вакцина вводится **2-х**кратно с интервалом **6-12** месяцев. Защита от заболевания обеспечена на длительный период.

### **Кому нужно делать прививку от гепатита А?**

Прививки против гепатита А показаны детям и взрослым, ранее не болевшим гепатитом А, а также людям с повышенным риском инфицирования, к которым относятся:

- ✚ контактные лица в очагах гепатита А;
- ✚ лица, направляющиеся в районы с высоким уровнем передачи гепатита А (туристы, контрактники, военнослужащие);
- ✚ медицинские работники, работники сферы обслуживания населения, общественного питания и водоснабжения.

Помните, рекомендовать Вам вакцинацию может только врач!

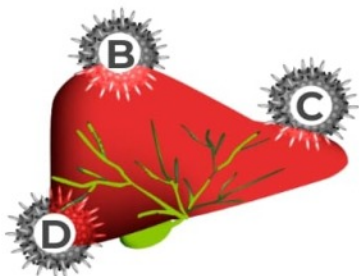
**Главное, защититься от гепатита А можно, соблюдая элементарные гигиенические правила!**

**Единый консультационный центр Роспотребнадзора**

**8 800 555 49 43**



# ГЕПАТИТЫ В,С,D



- Вирусные заболевания
- Поражают печень
- Характерно хроническое течение

Хроническое течение гепатитов часто приводит к циррозу или раку печени

## Как передаются



При незащищенных половых контактах



Через загрязненные инструменты при инъекциях, маникюре, пирсинге, тату



От матери к ребенку во время родов

## Как защитить себя

- **стерильные инструменты** для пирсинга, тату, маникюра, инъекций
- **барьерные методы контрацепции**
- **избегать контакта с кровью, биологическими жидкостями других людей**



## Лучшая защита от гепатита В - вакцинация





# ЕСТЬ ВАКЦИНА! ГЕПАТИТ А

Гепатит А (болезнь Боткина) - острая вирусная инфекция, смертность

**0,5%**

среди вирусных гепатитов

Гепатит А имеет фекально-оральный механизм передачи; передается через грязные руки, воду, овощи и фрукты, посуду, предметы обихода



**3-20%**

больных имеют несколько рецидивов заболевания

Симптомы: общее недомогание, повышенная утомляемость, анорексия, тошнота, рвота, желтуха



Человек становится заразным за

**2**

недели до появления желтухи

Вакцинация - самая эффективная мера профилактики гепатита А





# ЕСТЬ ВАКЦИНА! ГЕПАТИТ В



Гепатит В в

**50-100**

раз заразнее, чем  
ВИЧ



Осложнения:  
переход в  
хронический  
гепатит  
цирроз печени  
рак печени



У взрослых  
с хроническим  
гепатитом В рак  
и/или цирроз  
развивается в

**20-30%**

случаев

Симптомы:  
желтушность кожи  
и склер глаз,  
усталость, “ломота”  
мышц и суставов,  
тошнота, боли в  
животе, часто -  
бессимптомное  
течение



Риск развития  
хронического  
гепатита при  
инфицировании  
детей младше года -  
до

**95%**

Вакцинация,  
начатая в раннем  
возрасте -  
самая эффективная  
мера  
профилактики  
гепатита В




Лист согласования к документу № 03-06/10505 от 02.08.2022

Инициатор согласования: Хисамутдинова Г.Н. Врач-эпидемиолог отдела гигиенического воспитания и обучения населения

Согласование инициировано: 02.08.2022 10:45

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Галиева Г.И.		Согласовано 02.08.2022 - 11:45	-
2	Сизова Е.П.		 Подписано 02.08.2022 - 11:46	-