

ИНТЕРВЬЮ

с заместителем директора по научной работе
Научно-исследовательского института вирусологии им.Д.И.Ивановского Российской академии медицинских наук
доктором медицинских наук профессором
Дерябиным Петром Григорьевичем

Тема беседы:

Возможно ли вылечить гепатит С раз и навсегда?

- **В последние годы все чаще приходится слышать о вирусе гепатита С и о его опасном распространении. Что же все-таки такое этот вирус гепатита С и почему этой проблеме уделяется так много внимания?**

Ответ: Вирусный гепатит С является глобально распространенной инфекцией. Это медленно прогрессирующее заболевание человека, передаваемое парентеральным путем (через кровь), возбудителем которого является вирус гепатита С (ВГС). Различают несколько генотипов вируса гепатита С. Наиболее сложным, опасным и хуже всего поддающимся лечению является генотип 1b.

По данным ВОЗ, в среднем около 3% населения мира инфицировано ВГС. В отличие от гепатита В ВГС в 50-80% случаев приводит к хроническому заболеванию печени, а приблизительно у половины хронически инфицированных больных впоследствии развивается цирроз печени или гепатоцеллюлярная карцинома. В последние годы появляется все больше сообщений, свидетельствующих о пантропных свойствах возбудителя гепатита С, т.е. о его способностях поражать не только печень, но и почки, сердечную мышцу, поджелудочную железу, клетки крови человека, центральную нервную систему и другие органы и ткани.

В то же время до сих пор не разработана вакцина против гепатита С, а из лечебных препаратов известны, в основном, интерферон или интерферон в сочетании с рибавирином (виразолом). Лечение этими препаратами характеризуется высокой стоимостью и недостаточной эффективностью. Известно, что лишь 25-35% людей, инфицированных ВГС, чувствительных к лечению интерфероном.

Проблема гепатита С в России осложняется еще и тем, что около 80-90% людей, инфицированных вирусом гепатита С, не в состоянии позволить себе лечение этой опасной инфекции из-за крайне высокой стоимости лечения. Проблема гепатита С напрямую связана с наблюдающимся в последние 15-20 лет ростом наркомании в России. Основной процент инфицированных вирусом гепатита С в России приходится на молодое поколение в возрасте от 16 до 30 лет. Известно, что примерно 80 % инфицированных ВГС - это лица, практикующие или практиковавшие внутривенное введение наркотических средств. Оставшиеся примерно 20 % инфицированных – это лица, которым инфицированная вирусом гепатита С кровь попала случайно (медицинский персонал, пациенты, которым делали переливание крови особенно до 1994 года, стоматология, косметические услуги – татуаж, пирсинг, маникюр, различного рода хирургические операции, а также лица, практикующие незащищенный секс со случайными партнерами). Общеизвестно также, что примерно 30% ВИЧ-положительных, то есть лиц, инфицированных вирусом иммунодефицита человека, коинфицированы также вирусом гепатита С. По мнению ряда ученых в России и за рубежом, заразиться вирусом гепатита С можно в несколько раз проще, чем ВИЧ. Таким образом, картина, как видите, получается не из веселых.

- **Сколько же человек в России являются инфицированными вирусом гепатита С?**

Ответ: Точной статистики лиц, инфицированных вирусом гепатита С в России, нет. Опираясь на различные информационные источники, можно смело утверждать, что в России примерно от 4 до 7 млн. человек являются инфицированными вирусом гепатита С. Такой разброс цифр обуславливается тем, что большинство инфицированных вирусом гепатита С не обращаются к врачу за лечением. Это обусловлено двумя основными причинами: в течение длительного времени ВГС инфекция человека может протекать по типу бессимптомной инфекции, которая может даже на протяжении нескольких лет не причинять инфицированному видимых неудобств, и поэтому многие инфицированные просто не знают, что они уже инфицированы. Вторая

немаловажная причина заключается в том, что лечение гепатита С крайне дорогое. Стоимость полугодового – полугодового курса лечения составляет 4 – 18 тыс. долларов США. При этом срок ремиссии заболевания ВГС составляет не более 3-5 лет, а после этого возможно вновь обострение болезни. Такие расходы не по карману подавляющему большинству инфицированных россиян.

- **Возможно ли полностью вылечить гепатит С раз и навсегда?**

Ответ: Как я уже сказал, вакцина, которая могла бы раз и навсегда убить вирус гепатита С в мире до сих пор не создана и вряд ли будет создана в обозримом будущем. Такая же ситуация наблюдается не только с гепатитом С, но и с инфекцией вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ), Большинство разработанных в настоящее время в мире противовирусные лекарственные средства в состоянии более или менее существенно снизить концентрацию инфекционного вируса в организме на определенный, пусть даже и продолжительный, срок. Нам не известны противовирусные препараты, способные навсегда избавить организм человека от возбудителя вирусной инфекции, однако целый ряд препаратов способен помочь организму справиться с инфекцией (иммуномодуляторы и др).

- **В чем же тогда заключается лечение гепатита С?**

Ответ: В настоящее время получил наибольшее распространение интерферон и интерферон в сочетании с рибавирином (комбинированная терапия). На протяжении 6 и более месяцев человек, инфицированный ВГС, должен регулярно делать подкожные инъекции, принимать иммуностимулирующие препараты (по рекомендации врача), категорически отказаться от алкоголя и других пищевых продуктов, которые подавляют функции печени, делать анализы, которые позволяют отслеживать динамику состояния больного. Как я уже говорил, эффективность вышеназванных лекарств невысока – всего 25-35%. Получается, что только у 3-4 человек из 10 наблюдается некоторое и непродолжительное снижение вирусной нагрузки как наиболее важного параметра, указывающего на количество вирусов гепатита С в крови инфицированного человека.

- **Что, по Вашему мнению, можно и нужно делать в такой неутешительной ситуации?**

Ответ: В первую очередь, каждый человек должен осознать высокую опасность, которую несет в себе вирус гепатита С, и предпринимать доступные для человека меры профилактики, чтобы не оказаться инфицированным вирусом гепатита С. Во-вторых, крайне необходимо усилить информационно-разъяснительную работу в СМИ о мерах профилактики гепатита С. В-третьих, на правительственном уровне предпринять усилия, направленные на радикальное снижение стоимости противовирусных препаратов, применяемых для лечения ВГС.

- **Как Вы считаете, есть ли у людей, инфицированных вирусом гепатита С, надежда на то, что в ближайшем будущем появятся новые, более эффективные и более доступные средства борьбы с этой опасной инфекцией?**

Ответ: Поиск новых недорогих и достаточно эффективных средств и способов лечения больных гепатитом С необходим. Из перспективных с точки зрения противовирусной активности средств следует, по моему мнению, особо отметить появление лечебно-профилактического напитка «Ваше здоровье». Доклинические испытания на моделях инфекции, вызванной ВГС в культурах клеток и на модели экспериментальных животных, проведенные в НИИ вирусологии им.Д.И.Ивановского РАМН выявили существенные вирулицидные и противовирусные свойства лечебно-профилактического напитка «Ваше здоровье». Проведённые сотрудниками нашего института на базе Инфекционной клинической больницы № 1 г.Москвы, клинические исследования лечебно-профилактического напитка «Ваше здоровье», показали, что он обладает высокими противовирусными свойствами в отношении вируса гепатита С (генотип 1 b), подавляя

развитие болезни у лиц с хроническим гепатитом С. Известно, что лечение всеми известными препаратами, включая зарубежные, больных ВГС с генотипом 1 b малоэффективно даже в условиях длительного, полугодового и даже более длительного срока курса лечения, и вызывает у больных ряд негативных побочных последствий. В то же время, после приёма указанного лечебно-профилактического напитка по лечебной схеме через 15-21 день у большинства (88%) больных, принимавших участие в клинических исследованиях, после прохождения курса употребления напитка «Ваше здоровье» вирус гепатита С с генотипом 1 b в крови не обнаружился. А у 12% происходит радикальное снижение РНК вируса гепатита С. Это очень хороший результат. Насколько я могу судить, такого результата еще никто в мире не добивался. Кроме высоких противовирусных свойств, напиток «Ваше здоровье», как показали клинические исследования, способствует также нормализации иммунитета и основных биохимических показателей крови, свидетельствующих о нормализации функции печени, что крайне важно. Пока еще неизвестно, насколько продолжителен противовирусный эффект в результате употребления напитка «Ваше здоровье» - работа в этом направлении продолжается, но уже сейчас понятно, что в России появилось высокоэффективное и недорогое противовирусное средство. В случае, если действие его будет не таким продолжительным, как предполагается, лечение гепатита С больные могут проводить самостоятельно либо амбулаторно без всякого вреда для своего здоровья путём курсового употребления напитка 1 - 2 раза в год.

Получены также данные о том, что прием напитка ВГС инфицированными больными не сопровождался ухудшением самочувствия или другими побочными явлениями, что свидетельствует о его безвредных свойствах.

Подводя итог, можно смело сказать, что в России появилось отечественное высокоэффективное и недорогое противовирусное средство, и это внушает осторожный оптимизм в отношении лечения и профилактики этой страшной инфекции.

Комитет по здравоохранению города Пскова доводит до сведения псковичей информацию по профилактике вирусного гепатита А и гриппа.

Как сообщает пресс-служба городской администрации, в Пскове с августа отмечается подъем заболеваемости вирусным гепатитом А. Среди заболевших 30% - дети до 14 лет. Заболевание характеризуется преимущественным поражением печени, сопровождающееся желтухой, рвотой, выраженной слабостью, возможно, расстройство стула и гриппоподобное состояние. Нередко отмечаются безжелтушные формы.

Основной путь передачи от человека к человеку - фекально-оральный, то есть заражение происходит при употреблении зараженной воды или пищи, через грязные руки.

Возможен также контактный путь передачи. Вирус устойчив к неблагоприятным факторам внешней среды, что способствует распространению болезни.

Источниками инфекции являются больные всеми формами гепатита А. Период заразности составляет 3 недели. Заболеть может каждый, но особенно восприимчивы люди в возрасте от 20 до 40 лет и подростки. Максимальному риску заражения подвергнуты те, кто работает в сфере общественного питания, водоснабжения и канализации, медицинский персонал, а также контактные с больными. Все больные подлежат обязательной госпитализации в инфекционную больницу.

Чтобы защитить себя необходимо соблюдать простые правила: хорошо мыть руки перед едой, при уходе за детьми и после посещения туалета, кипятить воду перед употреблением, тщательно мыть фрукты и овощи.

Для профилактики инфекции в очагах заболевания может назначаться иммуноглобулин людям, общавшимся с больным в семье, классе, группе детского дошкольного учреждения.

Эффективный способ защиты - вакцинация. Массовой иммунизации против этой инфекции не предусматривается. Прививка не входит в Национальный календарь прививок и назначается по эпидемиологическим показаниям. Дети с 3-х до 18 лет и люди, относящиеся к декретированному населению, будут привиты вакциной, приобретенной за счет городского бюджета. Но все желающие могут сделать прививку самостоятельно. Для этого надо приобрести вакцину в ГП «Фармация», где предварительно оплачивается 50% стоимости вакцины, затем вакцина закупается и ее привезут в ту поликлинику, где наблюдается ребенок или взрослый. После осмотра врачом прививка будет сделана в процедурном кабинете.

В связи с подъемом заболеваемости ОРВИ и гриппом врачи напоминают о прививках против гриппа. Эта прививка тоже не входит в Национальный календарь прививок, но, учитывая неблагоприятное течение гриппа у ослабленных лиц и детей младшего возраста, городская администрация нашла возможность закупить вакцину против гриппа. Прививки сделаны школьникам 1-2-х классов, часто болеющим детям дошкольных учреждений и медработникам. Остальные жители города могут самостоятельно купить вакцину. Стоимость отечественной вакцины на данный момент около 80 рублей.

желтухи чаще всего служит поводом для госпитализации.



В последние десятилетия на первый план вышли “молчаливые” эпидемии парентеральных гепатитов. Сегодня говорят о пандемии гепатита С. (Пандемия — это эпидемия, охватывающая многие страны мира.) Гепатит С имеет склонность к скрытому, бессимптомному течению, и зачастую человек узнает о том, что болен, совершенно случайно, проходя медицинское обследование по поводу других проблем. С точки зрения распространения инфекции это означает, что большинство инфицированных, представляющих собой постоянный источник инфекции, длительное время даже не подозревают о том, что больны, и поэтому не соблюдают никаких мер предосторожности, направленных на то, чтобы не заразить окружающих.

Говоря о распространении вирусных гепатитов с парентеральным механизмом передачи, важно подчеркнуть, что передача вируса через кровь — это понятие довольно условное. Дело в том, что вирусы гепатита содержатся не только в крови, но и в других биологических жидкостях инфицированного человека — слюне, сперме и т. д. А это значит, что заражение может произойти не только при переливании крови, но и при лечении зубов, посещении парикмахерской (поэтому ныне в парикмахерских бритье запрещено), косметического и педикюрного кабинета, при сексуальных контактах и даже в быту (при пользовании общим полотенцем, зубной щеткой, расческой, бритвенным прибором). Не исключена даже передача инфекции при укусах кровососущих насекомых — клопов и moskitов. Бытовой и половой пути передачи особенно актуальны для вируса гепатита В. Это связано с его высокой вирулентностью (способностью вызывать инфекционный процесс у человека) — известно, что он примерно в 100 раз более “заразен”, чем вирус СПИДа. Чтобы вызвать острый гепатит В, достаточно минимальных следов (0,0001 мл) инфицированной крови. Инфицированные беременные женщины часто передают вирус гепатита В своему ребенку. Это может происходить внутриутробно (во время беременности), при родах или уже после рождения ребенка. Ситуация с гепатитом С в этом отношении благоприятнее: в крови инфицированных обычно обнаруживается небольшая концентрация вируса, поэтому он редко (в 5—6% случаев) передается в быту, при половых контактах и во время родов.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ?

Профилактические мероприятия в отношении любой инфекции представляют собой некую преграду на путях ее распространения. Исходя из этого нетрудно понять, что профилактика вирусных гепатитов, передающихся через рот, будет существенно отличаться от профилактики парентеральных гепатитов. А именно, для того чтобы не заболеть гепатитами А или Е, очень важно чаще мыть руки и те продукты питания, которые употребляются в пищу без предварительной кулинарной обработки (прежде всего фрукты и овощи). Однако помогут ли такие меры предотвратить заражение вирусами гепатитов В или С? Конечно же нет. Для защиты от парентеральных гепатитов нужно соблюдать следующие правила:

- Никогда не пользуйтесь чужим бритвенным прибором, маникюрными принадлежностями, зубной щеткой, расческой, полотенцем и т. д. Помните, что любой

предмет, на поверхности которого может содержаться даже микроскопическое количество крови, потенциально опасен.

- Пользуйтесь презервативами и избегайте травматичного секса.
- Помните о том, что в медицинских учреждениях при проведении диагностических и лечебных процедур должен преимущественно использоваться одноразовый инструментарий.

- Не забывайте: обращения в салоны красоты (тату, пирсинг), маникюрные и педикюрные кабинеты сопряжены с повышенным риском инфицирования.

Перечисленные выше меры профилактики являются общегигиеническими, неспецифическими. Наряду с ними, существуют специальные защитные средства — вакцины. Разработка вакцин против гепатита А и В является одним из крупнейших достижений, которые наука подарила практическому здравоохранению. Это наиболее надежное средство защиты от инфекции, безопасное и недорогое.

Вакцина против гепатита А содержит убитый формальдегидом вирус. Ее однократное введение обеспечивает формирование защиты против заболевания на срок не менее 1 года. Две инъекции препарата способны защитить человека от инфицирования в течение 20 лет. Активную иммунизацию против гепатита А следует проводить прежде всего лицам, имеющим тесный контакт с заболевшими (в семье, в детских коллективах), а также людям, чей образ жизни повышает риск развития гепатита А (имеются в виду многочисленные сексуальные контакты, токсикомания, а также хронические заболевания печени).

Вакцину против гепатита В производят во многих странах под различными фирменными названиями, но любая марка в принципе представляет собой полученные искусственным путем белки-“кирпичики” (HBsAg), из которых построена наружная оболочка вируса гепатита В. Сами по себе эти белки незаразны и не вызывают гепатита. Попав в кровь человека, они стимулируют развитие защитной реакции со стороны иммунной системы. Эта реакция заключается в выработке специфических агентов (антител), которые разрушают HBsAg. О встрече с ними иммунная система “помнит” долго, поэтому если в кровь к вакцинированному человеку когда-либо попадает полноценный вирус гепатита В, он не может “построить” себе защитную оболочку, поскольку необходимые для этого “кирпичики” сразу же разрушаются специфическими антителами: таким образом, развитие гепатита В прекращается, не начавшись.

Длительность защитной реакции в значительной степени зависит от особенностей иммунитета конкретного человека, но исследования показали, что в среднем она сохраняется в течение 5 лет, после чего показано проведение ревакцинации (повторной вакцинации). В специализированных учреждениях имеется возможность определения концентрации в крови защитных антител. Это исследование полезно как для оценки эффективности вакцинации, так и для определения оптимальных сроков проведения ревакцинации.

Как правило, вакцина против гепатита В вводится внутримышечно в дозе 1,0 мл (детям до 10 лет — 0,5 мл) трехкратно в течение полугода; вторая доза вводится через месяц после первой, третья — через 5 месяцев после второй. После вакцинации может отмечаться покраснение и чувствительность кожи в месте укола; более серьезных побочных эффектов, как правило, не наблюдается. Высокая безопасность вакцины обусловила отсутствие каких-либо возрастных ограничений по ее применению — она может использоваться с первых часов жизни человека до глубокой старости. Хотя, безусловно, на фоне острых состояний (лихорадка, обострение хронических заболеваний и пр.) вакцинация не проводится.

Принято выделять группы населения, которым вакцинация против гепатита В показана в первую очередь. Это дети, родившиеся от инфицированных матерей; медицинские работники; лица, проживающие с инфицированным человеком, и др. Однако риску заражения вирусом гепатита В подвержен любой человек, поэтому в идеале

вакцинироваться следовало бы всем без исключения.

Введение вакцины приводит к развитию так называемого активного иммунитета, т. е. заставляет иммунную систему вырабатывать собственные антитела. Активный иммунитет сохраняется довольно долго, но для его формирования требуется достаточно продолжительное время (не менее 4 недель). Это может иметь принципиальное значение в тех случаях, когда требуется экстренная профилактика инфекции (например, случайный укол иглой, которой только что выполнялась инъекция инфицированному человеку). В такой ситуации нельзя ждать, требуется быстрое введение защитных антител извне. Этим целям служит специфический иммуноглобулин, содержащий антитела к вирусу гепатита В и обеспечивающий пассивный иммунитет. В экстренных случаях показано одновременное введение вакцины и иммуноглобулина в течение 14 дней с момента предполагаемого инфицирования.

Что касается профилактики гепатита С, попытки разработать вакцину вызывающего это заболевание вируса пока безуспешны. На сегодняшний день актуальными остаются общегигиенические меры, которые во многих случаях обеспечивают защиту от инфицирования.

ЭТО СТРАШНОЕ СЛОВО "ГЕПАТИТ"

Вирусный гепатит - это заболевание, которое протекает с преимущественным поражением печени, хотя при этом страдают и другие органы человека.



Здоровая печень выполняет роль фильтра, который задерживает и выводит из организма шлаки, вредные вещества, образующиеся в организме в процессе его жизнедеятельности. При поражении печени нарушаются все виды обмена веществ в организме. На территории нашего города, как и на всем северо-западе широко распространены вирусные гепатиты: А, В и С.

Сколько всего существует видов гепатита?

Семь вирусов гепатита, еще три вируса гепатита изучаются в Японии, также имеются подтипы гепатитов.

Чем они отличаются друг от друга?

Они отличаются антигенной структурой, механизмами заражения. Гепатиты можно разделить на две группы: гепатиты, передающиеся, как кишечные инфекции - оральный механизм передачи, через пищевые продукты, воду, контактно-бытовым путем и гепатиты, заражение которыми происходит через кровь, через поврежденные кожные покровы и слизистые, то есть гемато-контактным путем. К первой группе гепатитов относятся А и Е, но у нас, в основном, регистрируется гепатит А, гепатит Е на нашей территории не встречается, если только привозной, а гепатиты В и С, и Д у нас регистрируются. Очень большой рост заболеваемости в прошлом году был за счет гепатита А и связан с эпидемиологическим подъемом и продолжается интенсивный рост заболеваемости гепатитами В и С, за счет того, что в процесс циркуляции вируса включаются наркоманы.

Какое процентное соотношение от общего количества заболевания у каждого из способов заражения, каким путем чаще происходит заражение?

Заражение гепатитами В и С, в основном, через кровь у наркозависимых, также существует половой путь заражения и возможно заражение при переливании крови, хотя кровь сейчас стараются как можно реже переливать и даже от больного заготавливают перед операцией впрок, возможно заражение через инструменты, но этот процент с каждым годом сокращается.

В основном заражение происходит через кровь при употреблении наркотических веществ - до 60%. При обследовании наркозависимых города Санкт-Петербурга было установлено, что 70% из них заражены вирусом гепатита В и около 90% - вирусом гепатита С. В 2000 году среди этого контингента отмечен выраженный рост заражения ВИЧ-инфекцией. Гепатитом С и В можно заразиться не только при инъекциях, есть естественные пути передачи, которые мы должны учитывать в профилактике этих заболеваний. Это половой путь заражения и возможна передача инфекции от матери к ребенку через плаценту, во время родов, это естественные пути, и в быту это употребление бритвенных приборов, зубных щеток, если они не индивидуальны, маникюрных приборов, ножниц, колющих предметов, расчесок и даже мочалок. Все это может послужить фактором передачи заболевания, поэтому всем нужно строго соблюдать правила личной гигиены.

Каковы первые признаки заболевания гепатитом, как протекает болезнь?

Заболевание может протекать по-разному. Есть классически выраженные формы заболевания, когда имеются клинические выражения заболевания и бессимптомные, стертые формы. Гепатит А чаще начинается гриппоподобно, с высокой температуры, слабости, отсутствия аппетита, ломоты в теле, недомогания, могут появиться боли в животе, тошнота, рвота, на третий-пятый день болезни темнеет моча, желтеют склеры глаз и появляется слабовыраженная желтушность кожных покровов. В то же время гепатит А может часто протекать и без желтухи, и даже бессимптомно, по литературным данным на одну желтушную форму приходится семь безжелтушных. Если обследовать контактных, вирусологических можно найти больных, у которых только вирусное определение, даже биохимия может быть нормальной, но, тем не менее, человек инфицирован. Гепатит В и С тоже протекает по-разному. Гепатит С чаще протекает бессимптомно. Считается, что на одну клинически выраженную форму приходится двести бессимптомных. Поэтому, чтобы выявить инфицирование, используют лабораторные методы, обследуют кровь. Когда человек инфицирован одновременно гепатитами В и С проявляются клинические симптомы болезни.

Как протекает заболевание, каков возможный исход болезни?

Болезнь может протекать по-разному. Гепатит А почти всегда протекает благоприятно, хотя бывает и затяжное течение, связанное с особенностями организма и с соблюдением больным правил, предписанных ему врачом, диетой физическим покоем, воздержанием от спиртных напитков, токсических веществ, например, наркотиков, так как они сами по себе действуют на печень и усугубляют тяжесть течения болезни. Гепатит В может протекать очень тяжело: от молниеносных форм до бессимптомных. Гепатит С, как я уже говорила, протекает без клинических проявлений, а исход самый тяжелый, потому что хронизация процесса в печени чаще всего при гепатите С, недаром его называют "ласковый убийца". Хронизация гепатита С достигает 90%, а последствия хронического гепатита - это цирроз и даже рак печени. При гепатите В хронизация меньше, до 40%, большое значение имеет соблюдение больным всех правил, предписанных врачом - это диета, режим и своевременное лечение. Если заболевание начинают своевременно лечить и соблюдать все правила, то можно достигнуть хороших результатов и даже вылечить заболевание. Существуют противовирусные препараты, хоть они и дорогие, но заболевание поддается лечению, и на сегодняшний день в стационарах осуществляется лечение, и даже бесплатное, например, на Бухарестской 12.

Расскажите, пожалуйста, про гепатит Д?

Гепатит Д, как правило, протекает на фоне гепатита В и утяжеляет его течение, заболевание протекает гораздо сложнее. Гепатит Д у нас в городе регистрируется очень редко, но тем не менее встречается.

Какие меры профилактики вирусных гепатитов существуют?

Чтобы избежать заражения гепатитом А, необходимо строго соблюдать правила личной гигиены, пить только кипяченую воду, тщательно мыть овощи и фрукты, не купаться в случайных местах и зараженных водоемах, а только там, где разрешено, соблюдать чистоту жилища, тщательно мыть руки перед едой и приготовлением пищи.

Чтобы избежать заражения гепатитами В и С, необходимо избегать случайных половых связей, не принимать наркотики, не колоться нестерильными шприцами, не пользоваться чужими ножницами, маникюрными и бритвенными приборами, расческами иметь индивидуальные мочалки и хранить все это отдельно, чтобы они не соприкасались. Часто происходит заражение через татуировки и пирсинг. Во избежание заражения делать это надо в косметическом кабинете, где соблюдаются все правила дезинфекции и стерилизации, а не в случайных местах. При необходимости введения какой-нибудь инъекции необходимо использовать только шприцы одноразового пользования. Также должны быть надлежащие условия, чтобы вместе с вирусом не занести другую инфекцию, чтобы не получить заражение крови. При вступлении в сексуальный контакт даже со знакомыми партнерами необходимо использовать презервативы.

Очень часто гепатитом заражаются друг от друга наркозависимые, потому что они могут колоться одним шприцом или используют одну емкость для приготовления раствора и введения его в кровь. Иногда они покупают дозу в шприце, неизвестно как приготовленную и таким образом нарушают все правила безопасности и происходит заражение. Поэтому у нас очень высокая заболеваемость гепатитом В и С.

Очень важно при профилактике гепатита В делать прививки против него. Сегодня это очень мощное оружие, достаточно эффективное. На данный момент есть вакцина только против гепатита А и В, против гепатита С и СПИДа вакцины нет. Причем профилактика гепатита В с помощью прививки это одновременно и профилактика против гепатита Д, так как гепатит В и Д, как правило, встречаются вместе. Прививки делают в разных медицинских учреждениях: в поликлинике больницы Боткина, в Институте детских инфекций и в других учреждениях и некоторых поликлиниках. В Красногвардейском районе прививки делают в 34-й детской и 68-й поликлиниках. Это платные прививки.

Что вы пожелаете читателям нашей газеты?

Я желаю всем заботиться о своем здоровье, потому что здоровье зависит только от нас самих и никто нам его не даст. Как мы к себе относимся, как о себе заботимся, такое и будет у нас здоровье. И конечно надо повышать уровень нашей санитарной культуры, наших знаний, потому что если мы не будем это делать, то не будем знать, как себя защитить