

**«Это излечимо, если не тянуть»:
что нужно знать о вирусном гепатите С?**



О том, чем опасен гепатит С и как не допустить заражения, рассказала главный внештатный специалист-гастроэнтеролог Министерства здравоохранения Свердловской области, руководитель областного гепатологического центра, заведующая гастроэнтерологическим отделением Свердловской

областной клинической больницы №1 Елена Николаевна Бессонова.

- Чем гепатит С отличается от гепатита А и В? В чем его особенность? И чем он опасен?

- Вирусы гепатита С и В становятся хроническими. В отличие от гепатита А, который хроническим не является. Этот вирус переносится, люди выздоравливают и про него забывают. Гепатиты В и С приводят к хронизации процесса, а значит к циррозу печени с годами. Наличие этих вирусов может привести к смерти или осложниться развитием рака печени.

- Зарегистрированы ли случаи гепатита С в Свердловской области?

- На Среднем Урале эта болезнь присутствует. Частота встречаемости примерно такая же, как и по всей России, поэтому данная проблема актуальна и для нашего региона.

- Кто чаще заражается гепатитом С на Среднем Урале? Мужчины или женщины?

- У нас довольно обширная статистика. И мы не видим разницы. Как правило это и мужчины, и женщины трудоспособного возраста от 25 до 50 лет. В меньшей степени болеют пожилые люди. К сожалению, есть и заболевшие дети.

- Какие могут быть осложнения от этого вирусного заболевания?

- Гепатиты С и В являются социально значимыми заболеваниями, поскольку, как я уже говорила, могут привести к летальному исходу. Вирус «живет» не только в печени, он присутствует на клеточном уровне во всем организме. Поэтому встречаются и внепеченочные поражения, когда другие

органы и системы страдают. В первую очередь это почки, кожа, сердечно-сосудистая система.

- Как передается вирус гепатита С? Как чаще всего происходит заражение?

- Гепатит С является гемоконтактным вирусом, поскольку передается через кровь. Любые порезы, раны, уколы не одноразовым шприцем могут привести к заражению.

- Кто в первую очередь попадает в «группу риска»?

- Люди, употребляющие внутривенные наркотики. Также те, кто пользуется услугами непрофессиональных мастеров по татуажу и маникюру. В тех ситуациях, где нарушается целостность кожного покрова, у человека есть опасность подхватить вирусный гепатит С.

- Расскажите о симптомах данного заболевания?

- Эта болезнь протекает бессимптомно. Долгие годы человека может ничто не беспокоить. Но только до тех пор, пока болезнь не перешла в свою терминальную, конечную стадию. А именно, к развитию цирроза. Признаками цирроза являются желтуха, отеки, увеличенный живот со скоплением жидкости, снижение веса. Гепатит С порой вообще выявляется случайно, когда человек сдает анализ крови перед операцией или во время диспансеризации.

- Какие виды анализов существуют для выявления гепатита С?

- Чаще всего достаточно биохимического анализа крови и анализа крови на антитела. Именно они показывают наличие или отсутствие вируса в организме. Такие скрининги делаются во всех лабораториях и медучреждениях. Если антитела к вирусу гепатита С есть, то пациент направляется к специалисту, который определит стадию заболевания, наличие самой вирусной частицы в крови и проведет обследование для уточнения и окончательной постановки диагноза.

- Какие варианты лечения существуют? Каковы их особенности?

- Вирус гепатита С абсолютно излечимое заболевание. Если человек обратился своевременно на стадии гепатита и еще не имеет цирроза печени, то с вероятностью 95% он может вылечиться. Есть высокоэффективные препараты для противовирусной терапии. Пациент может в плановом порядке ее получить и выздороветь. Вопрос только в своевременном обращении. Человек, который успешно вылечился от гепатита С, не может заразить других людей.

- Что делать, если один из членов семьи заразился гепатитом С? Нужно ли обследовать всех членов семьи инфицированного?

- Конечно. Родственников заболевшего гепатитом С пациента необходимо обследовать. Таким образом врачи выясняют, есть ли вирус у других членов семьи. Хотя следует сказать, что вирусный гепатит С половым путем передается крайне редко. Но тем не менее вероятность такой передачи есть. В быту можно здороваться за руку и обнимать инфицированного человека. Основной путь передачи вирусного гепатита С происходит через кровь.

- Как защитить себя от гепатита С?

- Не ходить в незнакомые татуажные салоны, отказаться от пирсинга, не посещать «кустарных» маникюристов. Не колоться! Необходимо обращаться только в авторизованные медицинские учреждения. Минимизировать риск нарушения целостности кожного покрова. Это те мероприятия, благодаря которым можно избежать заражения вирусом гепатита С. Прежде чем что-то делать, стоит подумать, нужно ли делать дырку в ухе или «накалывать» красивую бабочку на коже, поскольку эти действия сопряжены с риском «поймать» проблему на всю оставшуюся жизнь. Гепатит очень долго живет в открытом пространстве. В отличие от вируса СПИДа, он может сохраняться до нескольких недель на любых поверхностях.

- Какие продукты нельзя употреблять при гепатите С? А какие наоборот рекомендованы?

- При гепатите С нужно есть полноценно и своевременно. Соблюдать режим питания. В пищу можно употреблять все, что хочется. Исключение только одно – пить алкоголь нельзя. Алкогольные напитки не сочетаются с вирусным гепатитом С, потому что эти две вещи, которые потенцируют друг друга. Если гепатитом С заболеет не пьющий человек, то до цирроза он проживет дольше, чем тот, который употребляет алкоголь. У пьющего человека скорость развития цирроза увеличивается в три раза. То есть циррозом такой человек заболеет быстрее.

- Насколько важна физическая активность в вопросах профилактики гепатита С?

- Здоровый образ жизни в целом положительно влияет на состояние организма, поддерживает все органы и печень, в том числе. Но на риск заразиться и на течение вирусного гепатита С физическая активность никак не влияет.

- Что вы, как врач, посоветуете делать читателям, чтобы поддерживать работу печени в хорошем состоянии?

- Есть три основополагающих фактора. Первый – это отказ от алкоголя. Согласно данным Европейской ассоциации по изучению печени, безопасных доз алкоголя не существует. Во-вторых, большую угрозу для печени представляет избыточный вес, поэтому необходимо его нормализовать всеми доступными способами. И третье – чрезмерный прием лекарственных препаратов. Считается, если человек принимает по 3-4 вида лекарств в течение дня, то это уже оказывает токсический эффект на печень. Есть, конечно, таблетки, которые нельзя отменить в случае хронических болезней. Но есть и такие случаи, когда люди пьют БАДы и нелегализованные препараты, без которых можно и обойтись. Их действие не проверено клиническими исследованиями и доказательной базы нет. Важно помнить: наличие вируса гепатита С не является смертным приговором. Это излечимо, если люди знают об этом и обращаются за помощью к специалистам здравоохранения. Как только мы сможем поставить диагноз, мы сможем вылечить.