

## Гепатит А: шляхи передачі, симптоми та як вберегтись від цього захворювання

**Вірусний гепатит А (ВГА)** – гостре вірусне інфекційне захворювання печінки. Джерелом інфекції є хвора людина.

### Вірус гепатиту А передається:

- внаслідок вживання забруднених харчових продуктів або води;
- через забруднені предмети побуту тощо;
- через недотримання особистої гігієни;
- у сім'ях, коли інфікована людина готує їжу для всіх членів сім'ї.

### Симптоми гепатиту А та інкубаційний період

Інкубаційний період вірусного гепатиту А зазвичай триває від 15 до 50 днів (в середньому 1 місяць).

Серед найпоширеніших симптомів:

- слабкість та втомлюваність;
- підвищення температури тіла;
- втрата апетиту;
- діарея;
- блювота;
- неприємні відчуття в животі;
- важкість у правому підребер'ї;
- потемніння сечі;
- жовтяниця (пожовтіння склер, вуздечка язика, м'якого піднебіння, шкіри).

Після перенесеного захворювання на ВГА формується довічний імунітет.

### Профілактика гепатиту А

Вберегтись від захворювання допоможуть прості щоденні правила:

- миття рук: 1. перед вживанням їжі;  
2. після кожного відвідування вбиральні;  
3. після відвідування місця масового перебування людей, громадського транспорту та прогулянок на вулиці;  
4. після контакту з забрудненими поверхнями та предметами.
- вживання лише безпечної води (бутильованої, кип'яченої);
- миття овочів та фруктів чистою водою;
- дотримання протиепідемічного режиму.

### Вакцинація від гепатиту А

Для профілактики інфікування ВГА існує безпечна та ефективна вакцина. Вона є рекомендованою, тобто не включеною до Національного календаря щеплень. Придбати її можна в аптеках. Важливо отримати щеплення проти гепатиту А дорослим, які працюють у закладах громадського харчування, на підприємствах харчової промисловості, водоочисних та каналізаційних спорудах.

