

(дополнительную информацию можно получить у врача);

- для женщин — не вступать в половые сношения во время менструации или непосредственно после её завершения;
- прикрывать открытые порезы и изъязвления лейкопластырем или бинтом;
- поверхности, на которые попадает кровь, сначала протирать бумажными салфетками, потом дезинфицировать с использованием отбеливателя (одна часть бытового отбеливателя на 10 частей воды), а затем просушивать чистыми бумажными салфетками;
- предметы, на которых присутствуют следы крови (тампоны и т. п.), упаковывать в пластиковый мешочек; каждый мешочек следует завязывать и класть в дворовой (уличный) мусорный контейнер;
- использованные бритвы и иглы помещать в специальный контейнер для острых предметов, который необходимо хранить вне досягаемости детей;
- сообщать врачам, в том числе семейным врачам и стоматологам, о наличии у вас вируса гепатита С.

### Вирус гепатита С не передаётся:

- при чихании и кашле;
- через поцелуи и объятия;
- при грудном вскармливании;
- через пищу и воду;
- через тарелки и стаканы;
- при поверхностных контактах (например, на работе).

Вы не должны быть исключены из таких сфер жизни, как уход за ребёнком, школа, работа и т. п., только потому что у вас гепатит С. Рекомендации, связанные с гепатитом С, в отношении профессиональной деятельности можно получить у врача-специалиста.

### Существует ли вакцина против гепатита С?

Нет, на данный момент вакцина от гепатита С не создана.

### Поддаётся ли гепатит С лечению?

Да. За последние годы произошло значительное усовершенствование методов лечения гепатита С. Появился новый класс лекарственных средств —

противовирусные препараты прямого действия. С их помощью во многих случаях удаётся вывести вирус из крови пациента. С целью обеспечения лицам с гепатитом С, проживающим в Ирландии, доступа к необходимой им медицинской помощи запущена Национальная программа лечения гепатита С [HSE National Hepatitis C Treatment Programme].

### Где можно получить дополнительную информацию?

Дополнительную информацию, в том числе в форме лифлетов, можно получить из следующих источников:

[www.hpsc.ie/HepatitisC](http://www.hpsc.ie/HepatitisC)

[www.hse.ie](http://www.hse.ie)

(в центральном поле можно выполнить поиск по словосочетанию «гепатит С»)

[www.gov.uk](http://www.gov.uk)

(в левом верхнем углу экрана можно выполнить поиск по словосочетанию «гепатит С»)

[www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

(в правом верхнем углу экрана можно выполнить поиск по словосочетанию «гепатит С»)

[www.cdc.gov/hepatitis/hcv/cFAQ.htm](http://www.cdc.gov/hepatitis/hcv/cFAQ.htm)

Также можно обратиться в местную службу помощи наркозависимым или в группу поддержки.



Аудитория: лица, которым в недавнем прошлом поставлен диагноз «инфекция гепатита С»

Дата: апрель 2017 г.

Документ подготовлен Рабочей группой по гепатиту [Hepatitis Working Group] департаментов охраны здоровья населения [Departments of Public Health] и Центра эпидемиологического надзора [Health Protection Surveillance Centre] Службы здравоохранения [Health Service Executive].



# У вас гепатит С

## Что нужно знать



## Что такое гепатит С?

Вирус гепатита С — это вирус, заражение которым способно вызвать повреждение печени.

## Что означают результаты анализа?

Для того чтобы определить наличие или отсутствие инфекции гепатита С, необходимо пройти анализ крови. Исследование обычно проводится в два этапа:

1. Сначала кровь исследуется на присутствие антител к вирусу гепатита С. Положительный результат означает, что вы в какой-то момент перенесли гепатит С.
2. Затем необходимо пройти анализ на текущую инфекцию:
  - отрицательный результат означает, что вы в какой-то момент перенесли инфекцию гепатита С, но в настоящий момент вы, вероятно, не инфицированы;
  - положительный результат означает, что инфекция по-прежнему присутствует.

Знать о том, что у вас гепатит С, полезно, так как теперь вы сможете принять меры к тому, чтобы избежать развития заболевания, а таких мер — множество. О том, что необходимо предпринять, вам сообщит врач-специалист.

## Каким образом я заразился (заразилась) гепатитом С?

Вирус гепатита С передается при контакте с кровью инфицированного человека. Заразиться гепатитом С можно различным образом:

- наиболее вероятная причина заражения гепатитом С — совместное с инфицированным человеком пользование инъекционными иглами и прочими приспособлениями; в Ирландии большинство людей, принимающих инъекционные наркотики, в какой-то момент заражаются гепатитом С;
- гепатитом С можно также заразиться нюхая кокаин;
- в прошлом в Ирландии имелись случаи заражения гепатитом С при переливании крови и препаратов крови; но начиная с 1991 года донорская кровь проходит проверку на гепатит С, поэтому сейчас проникновение инфекции в организм таким образом исключено;
- если мать инфицирована, возникает небольшой риск заражения гепатитом С новорожденного

ребенка (до или во время родов); вероятность этого — 1 случай из 20; риск возрастает, если у матери также присутствует ВИЧ;

Также имеется небольшой риск заражения гепатитом С при половом акте. И в этом случае риск возрастает, если человек, в организме которого присутствует вирус гепатита С, также является ВИЧ-инфицированным.

Среди менее вероятных причин заражения гепатитом С:

- выполнение татуировки и пирсинга без надлежащей стерилизации;
- у медицинских работников — травматизация иглой;
- совместное с инфицированным человеком пользование предметами личной гигиены (зубные щётки, бритвы и т. п.);
- в очень редких случаях — почечный диализ, определённые виды хирургического и стоматологического вмешательства.

Врач-специалист, вероятно, сможет сообщить вам, каким образом произошло заражение.

Однако в некоторых случаях причину возникновения инфекции определить невозможно.

## Как гепатит С повлияет на меня?

У большинства пациентов непосредственно после заражения гепатитом С какие-либо симптомы отсутствуют.

Но в некоторых случаях может пропасть аппетит, появиться боль в животе, тошнота, рвота, возникнуть желтуха (пожелтение кожи и глаз).

Примерно один из четырёх людей, заразившихся гепатитом С, полностью выздоравливает без какого-либо лечения.

Однако большинство пациентов будут являться носителями вируса многие годы, возможно, до конца жизни. Такое состояние называется хронической инфекцией гепатита С.

При хронической инфекции хорошее самочувствие может сохраняться в течение многих лет.

Без специализированного лечения через 20–30 лет примерно в одном из пяти случаев возникает цирроз (рубцевание) печени. А это, в свою очередь, может привести к печёночной недостаточности, раку печени.

## Как поддержать здоровье?

Здоровье печени — залог общего здоровья организма. Без печени жизнь невозможна. Печень играет важнейшую роль при выводе из организма алкоголя, лекарственных препаратов, токсических веществ.

- Прекратите употребление спиртных напитков. Алкоголь может повредить печень.
- Пройдите вакцинацию против гепатита А и гепатита В (в том случае, если такая вакцинация не проводилась и вы не перенесли эти заболевания в прошлом).
- Ваш врач должен направить вас к специалисту, который проведёт необходимые исследования и сообщит вам о возможных вариантах лечения. Обязательно приходите на все назначенные приёмы.
- Не начинайте принимать какие-либо лекарственные препараты (в том числе препараты, отпускаемые без рецепта, и растительные лекарственные средства), не побеседовав со своим врачом. Некоторые препараты плохо влияют на печень.
- Спросите у врача, не требуется ли вам вакцинация от гриппа.
- Получите информацию о местных и общенациональных группах, оказывающих поддержку людям с гепатитом С.
- Заботьтесь о своём физическом и психическом состоянии.

## Как защитить окружающих?

Если у вас гепатит С, вы можете передать инфекцию окружающим. Для предотвращения этого нужно следить за тем, чтобы у людей не возникало контактов с вашей кровью.

Необходимо принимать следующие меры предосторожности:

- ни при каких обстоятельствах не пользоваться совместно приспособлениями для инъекций наркотиков (иглы, шприцы и т. п.);
- не позволять кому бы то ни было пользоваться бритвами, зубными щётками, прочими принадлежностями вам предметами, на которых могут оставаться следы крови;
- так как существует небольшой риск передачи вируса гепатита С при половом акте, пользоваться презервативами для снижения такого риска