

Как защититься от гепатита В?

04.09.2018



Врачи всего мира бьют тревогу: опасность заражения вирусным гепатитом реальна для каждого человека, независимо от возраста, пола, социальной принадлежности. Серьезную угрозу представляет гепатит В. И хотя есть большие успехи в лечении этого заболевания, одной из важных проблем остается профилактика. Особенно в тех случаях, когда болен кто-то из близких людей, в первую очередь – супруг или супруга. Как наладить безопасный быт? Какие страхи являются необоснованными? Можно ли инфицированному человеку становиться родителем? На эти и другие вопросы отвечает ведущий эксперт Научно-консультативного клинко-диагностического центра ЦНИИ Эпидемиологии Роспотребнадзора Нина Мамонова.



– Нина Алексеевна, насколько должны быть насторожены родные человека,

которому диагностировали вирусный гепатит В? Существует ли какая-то «техника безопасности» для членов семьи?

– Человек, болеющий гепатитом В, может быть заразным для родных и близких. Особенно этот риск велик на острой стадии. После заражения через небольшой срок всегда в начале происходит острая стадия гепатита В. Это результат бурной реакции иммунитета на вирус. В этот период симптомов может не быть, или они напоминают простудные явления: повышение температуры тела, ломота в мышцах, боли в суставах. Иногда на острой стадии бывает желтуха. Желтуха – это не диагноз, а симптом: пожелтение кожных покровов и склер глаз. Она бывает не только при вирусных гепатитах.

Например, если камень закупоривает желчный проход, то у человека тоже будет желтуха. Желтуха бывает как при гепатите А, так и при В, и при С. Когда человек видит себя желтым, он обычно очень пугается, и пугаются все вокруг, так как подозревают, что это что-то заразное. Как правило, в таком состоянии человек попадает в больницу, где он и узнает точный диагноз, а также то, что он действительно заразен.

Если же он знает о диагнозе, но остается лечиться дома – ему надо вести себя очень аккуратно. Все, что связано с кровью: зубные щетки, маникюрные ножницы, бритвы, полотенца, прокладки – должно быть максимально изолировано от здоровых членов семьи. Половые контакты в этот момент должны быть только защищенными. Тесный контакт с детьми необходимо исключить, так как мама с желтухой, которая кормит ребенка грудью, с большой долей вероятности может его заразить.

Мамы часто заражают детей в раннем детстве, и не только во время родов, но и в быту во время острой стадии гепатита, когда они кормят ребенка, ухаживают за ним, обнимают, целуют. То есть, опасны любые ситуации, связанные с контактом биологической жидкости больного с поврежденной слизистой и кожей другого человека.

– Но тут можно дойти до того, что будешь бояться всего...

– Да, конечно, важно не драматизировать и не превращать жизнь в постоянную защиту от вируса. Например, не нужно доходить до безумия со всем, что связано с приготовлением и приемом пищи. Через еду вирус гепатита В не передается. Он погибает, попадая в пищеварительную систему. Но иногда страх пациентов далеко заходит: люди боятся даже вещи в одной стиральной машинке стирать, а уж тем более есть еду, приготовленную инфицированным человеком.

– Можно как-то определить, в какой момент человек наиболее заразен и когда нужно быть максимально бдительными в быту?

– Конечно, можно – с помощью стандартных и доступных анализов крови. Чем больше вируса в крови – а значит, и во всех других жидкостях человека, например, в слюне, сперме – тем более заразен человек.

Когда у человека болезнь не активна или искусственно не активна под действием препарата, то вероятность заразить другого ничтожна. Хотя вероятность все же есть, так как при самом неактивном состоянии вирус в организме все же

присутствует. Поэтому, если человек уже лечится, то нельзя сказать: «Наконец-то ты не заразен – делай, что хочешь!» Все члены семьи, все половые партнеры, все люди, находящиеся с ним в тесном контакте – таком, где возможен обмен частицами крови, биологических жидкостей – должны вакцинироваться.

– Если один из партнеров болен гепатитом В, а второй вакцинирован, они могут заниматься незащищенным сексом?

– Да. Вакцинация, если она проведена грамотно, и подтверждено по анализу крови, что она произвела свой эффект, обязательно защитит здорового человека. И партнеры могут жить незащищенной половой жизнью.

– Вакцинировать лучше сразу, как только стало известно, что один из партнеров инфицирован?

– Да, но только сначала необходимо сдать анализы, которые покажут, что заражение партнера еще не произошло. Потом делается вакцинация. А после этого необходимо снова сдать анализы, чтобы понимать, получил ли здоровый партнер иммунитет против гепатита В. Если иммунитет получен, можно спокойно жить и ни о чем не беспокоиться: гепатитом В этот человек уже не заболеет.

– Наверное, вакцинироваться нужно в любом случае, даже если в семье все, слава Богу, здоровы?

– Вакцинироваться желательно всем, а не только членам семьи болеющего, так как гепатит В очень заразен. Многие переносят гепатит В – и не знают об этом, потому что анализ на перенесенную болезнь обычно не проводится. Как правило, мы знаем только о тех, кто заболел и не выздоровел. Таких меньшинство. А вот большинство переболело и не заметило этого.

Поэтому до вакцинации необходимо выяснить: не болел ли уже человек? Если он болел, то получил иммунитет естественным путем, вакцинация ему уже не нужна. Если же он не болел, то иммунитета у него нет, и тогда необходимо вакцинироваться. Бывает, что взрослый человек вакцинировался, но это было так давно, что он об этом и не помнит. То есть, алгоритм действий должен быть таким: провериться – вакцинироваться – провериться после вакцинации.

Если вакцинации «сработала» – можно забыть о такой проблеме, как гепатит В. И если даже один из партнеров инфицирован, не бояться быть вместе с ним – строить семью, рожать детей. Минимальную бытовую осторожность необходимо соблюдать – например, не пользоваться одним полотенцем, зубной щеткой, маникюрными ножницами, бритвами и так далее. Но эти правила гигиены необходимо соблюдать всем и всегда, вне зависимости от наличия болезни в семье.

– Если один из будущих родителей болен гепатитом В, это может как-то отразиться на ребенке? Может, таким парам нужны специальные репродуктивные программы?

– Детей гепатитом В может заразить только мама, потому что они имеют контакт с ее кровью в родах. От отца вирус ребенку передаться не может. Поэтому специальные репродуктивные программы таким парам не нужны – зачатие у них происходит так же, как у всех. Если этой паре по другим причинам необходимо

ЭКО, у них потребуют справку от инфекциониста или гепатолога. Но от тяжести течения гепатита перспективы репродуктивной программы не зависят.

– То есть, женщина, больная гепатитом В, не передает вирус своим яйцеклеткам?

– Нет. В половых клетках людей вируса гепатита нет. Поэтому заразиться гепатитом В ребенок может, как правило, только в при родах.

– Прививка от гепатита В включена в календарь с 0 лет. Насколько это обоснованно для людей не из группы риска?

– В группе риска тот, кто родился от зараженной мамы. Таким детям делают прививку в первые часы жизни, и чем позднее ее делают – тем больше опасность, что болезнь опередит действие прививки. Сейчас стараются привить всех в первые часы жизни, даже если мама здорова. Это не обязательно, по календарю прививок ребенок может делать их, согласно графику, в первые месяцы жизни. В том числе и прививку от гепатита В.

Но даже если он получит прививку в первые часы жизни – это тоже очень хорошо. Главное – получить курс прививок. Люди обычно боятся, что от вакцины можно заразиться гепатитом. Надо знать, что прививка от гепатита В не содержит вируса – она содержит искусственный белок, который, попав в организм человека, вызывает иммунный ответ. Этот иммунный ответ и будет защищать человека от вируса гепатита В, если произойдет заражение.

– Многие все равно боятся последствий от вакцинаций...

– Самое плохое, что может случиться после вакцинации от гепатита В – это то, что в силу разных причин (просроченная вакцина, плохой иммунитет и так далее) не разовьется иммунитет к вирусу. Заразиться же от вакцины гепатитом В невозможно.

– Кому вы посоветуете в первую очередь сделать вакцинацию или ревакцинацию?
Вообще, есть какие-то исследования, которые показывают, что пора снова привиться?

– В группе риска, кому необходимо вакцинироваться – это рожденные от больной мамы, те, у кого в семье есть больной гепатитом, те, кто не может отказаться от наркотиков. Особая группа риска – медицинские работники, которые систематически имеют дело с потенциально зараженным материалом.

Сюда я бы отнесла людей, которые находятся в тюрьме, и тех, кто увлекается салонным маникюром, педикюром, татуировками. Вот такая большая группа людей. Но поскольку болезнь заразна, нужно помнить, что мы все должны быть привиты! Трудно представить все ситуации, при которых человек может заразиться гепатитом В. После успешного курса прививок от гепатита В человек получает пожизненный иммунитет и в ревакцинации (то есть, в повторном курсе) не нуждается.

Даже если защитный иммунитет будет с годами падать – его все равно будет достаточно, чтобы справиться с инфекцией. В нашей стране есть возможность получить прививку против гепатита В бесплатно, поэтому нужно не упускать такую возможность и сделать это. Помните, что нужно быть максимально

ответственным по отношению к своему здоровью и здоровью своих родных людей!

Лариса Зелинская, фото из личного архива Нины Мамоновой