



Гепатит С – вирусное заболевание, которое поражает печень. Вирус размножается в клетках печени человека, нарушая их функции, в дальнейшем может привести к циррозу печени. К сожалению, на начальных стадиях заболевание протекает бессимптомно, что осложняет его диагностику и лечение. Заражение происходит через кровь и слизистые оболочки. Например:

1. при переливании крови;
2. если кровь инфицированного человека попадает в кровь или на поврежденную кожу (слизистые оболочки) другого человека;
3. через употребление инъекционных наркотиков;
4. при нанесении татуировок, пирсинге;
5. при проведении косметологических процедур, маникюра или педикюра, если в салонах используются нестерильные иглы или другие инструменты;
6. при использовании общих бритв (с лезвиями), маникюрных (педикюрных) принадлежностей с членами семьи, у которых есть гепатит С;
7. вирус гепатита С передается половым путем;
8. от инфицированной матери ребенку во время беременности или родов.

Выявить наличие вируса в организме можно с помощью анализа крови из вены на антитела к вирусу гепатита С. Как избежать заражения вирусом гепатита С:

- 1) Не делайте татуировки, пирсинг и косметологические процедуры в сомнительных салонах. Не стесняйтесь спрашивать в салоне красоты разрешение на оказание соответствующих услуг, желательно, чтобы мастера использовали одноразовый инструмент.
- 2) В домашних условиях пользуйтесь индивидуальными средствами гигиены (бритва, полотенце, зубная щетка, маникюрные ножницы).
- 3) Используйте барьерные средства защиты (презервативы).
- 4) Перед планированием беременности женщинам рекомендуется пройти обследование на вирус гепатита С.

Вирус гепатита С НЕ ПЕРЕДАЕТСЯ: При рукопожатиях, объятиях, совместном использовании посуды и столовых приборов, общего постельного белья.

В здоровом теле нет места гепатиту С. Здоровый образ жизни играет важную роль в профилактике вирусного гепатита С. Вредные привычки могут ухудшить состояние печени или повлиять на ее здоровье и сделать орган более уязвимым к вирусу гепатита С, поэтому:

- не употребляйте алкоголь и наркотики;
- правильно питайтесь, следуя принципу тарелки здоровья – в рационе должно быть больше фруктов, овощей, белковых продуктов и зерновых;
- соблюдайте регулярную физическую активность. Даже обычная ходьба помогает укрепить иммунную систему, поддерживает здоровье печени и способствует общему здоровью.