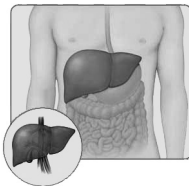
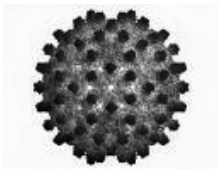


## **ОТ КАКВО СЕ ПРИЧИНЯВА ВИРУСНИЯ ХЕПАТИТ В?**

Хепатит В се причинява от вирус, наречен хепатит В вирус (HBV). Инфекцията с хепатит В вируса (HBV) е инфекция на целия организъм. Най-характерно, обаче, е засягането на черния дроб.



## **КАК СЕ ПРЕДАВА ВИРУСЪТ НА ХЕПАТИТ В?**

HBV се намира в кръвта и в по-малко количество в семенната течност (спермата), вагиналните секрети, слюнката, кърмата и другите телесни течности на заразения човек. Заразяването се осъществява, когато кръвта и другите телесни течности на заразения човек попаднат в контакт с телесните течности на незаразен човек през микроскопични ранички по кожата, през лигавиците на половите органи и ректума. Вирусът на хепатит В е изключително заразен, т.е. микроскопични количества кръв са способни да пренесат инфекцията от един човек на друг.

## КОИ СА ПЪТИЩАТА НА ПРЕДАВАНЕ НА ИНФЕКЦИЯТА ?



- сексуален път – сексуални контакти без презерватив;

- кръвен път –



- контакт със заразена кръв при използване на общи инструменти за инжектиране, заразен инструментариум при правене на татуировки, пийърсинг, акупунктура и др.

- контакт на наранена кожа или лигавица със заразена кръв при използване на чужди ножчета за бръснене, дори и четки за зъби



- вертикален път (от майка на дете) - заразяването на плода и новороденото от майка с активна хепатит В инфекция по време на бременността и раждането;

## **КАКВИ СА ОПЛАКВАНИЯТА (СИМПТОМИ) ПРИ ЗАБОЛЯВАНЕ ОТ ВИРУСЕН ХЕПАТИТ В?**

Най-често началото е грипоподобно със или без стомашночревни прояви (разстройство, гадене, повръщане), като особено характерно е пожълтяването на кожата и склерите на очите. Възможно е обаче, да липсва пожълтяване.

Характерните оплаквания при повечето заразени в началото на заболяването са:

- Умерено повишена температура;
- Краткотраен, бързо преходен кожен обрив от дребни пъпчици върху червена основа, основно е локализиран върху трупа, а не засяга крайниците;



- Потъмняване на урината (цвет на бира);
- Изсветляване на изпражненията;
- Чувство на оптадналост, умора, нежелание за работа;
- Загуба на апетит, отвръщение от мазни храни, гадене, повръщане, разстройство; Ако настъпи

обезводняване могат да се наблюдават симптоми като объркване, загуба на ориентация;

- Болки в ставите и мускулите;
- Дискомфорт, тежест до болка в областта на черния дроб и горната част на корема; (По-късно увеличен черен дроб, 4 – 5 см. под ребрената дъга);
- Пожълтяването обикновено настъпва няколко дни след изброените по-горе симптоми, като първо пожълтяват склерите на очите, долната повърхност на езика и накрая кожата.

С настъпване на пожълтяването обикновено състоянието на болните се подобрява. Жълтеницата продължава около 2 седмици, след което постепенно изчезва. Обикновено симптомите отзвучават до края на първия месец, рядко до края на втория.

## **КЪМ КОГО ДА СЕ ОБЪРНЕМ, АКО СЕ СЪМНЯВАМЕ, ЧЕ СМЕ ЗАРАЗЕНИ С ХЕПАТИТ В?**



Първото е да отидете на преглед при личния си лекар, с когото да споделите своите оплаквания и съмнения. Той ще направи клиничен преглед и ще ви назначи необходимите изследвания на кръв и урина. След което ще ви насочи за лечение.

### **ЛЕЧЕНИЕ НА ЗАБОЛЯВАНЕТО:**



Лечението се провежда в инфекциозно отделение от лекар инфекционист. Съществуват лекарства, които спират размножаването на вируса, подпомагат възстановяването на черния дроб и подпомагат имунната система в елиминирането на вируса и почистване от инфекцията. Лечението

включва още строг постелен режим през първия месец от заболяването, избягване на физически натоварвания в следващите 6 месеца. Много важна е диетата за болните.

## ПРЕПОРЪЧИТЕЛНИ ХРАНИ:

- Богати на въглехидрати - захарни и захарно-плодови изделия (нектари, компоти, конфитюри, пчелен мед, сиропи, мармалад). Тестени изделия (кифли, бисквити, сухар, вафли), кремове, ориз, овесени ядки, макаронени изделия.



- Белтъчини в умерено количество - мляко (прясно и кисело) и млечни изделия (изкиснато сирене, несолена извара, кашкавал), месо (прясно пилешко, агнешко, телешко, нетлъсто говеждо, черен дроб, диетични кренвирши и свинско без тлъстини, телешки салам, нетлъста шунка). Риба (прясна, речна, нетлъста и несолена).
- Богати на витамини - плодове и плодови сокове (особено полезни са: грозде, ягоди, лимони, портокали, ябълки, круши, праскови, кайсии, шипки, тикви, шипкова отвара и шипков мармалад). По-добре е плодовете да се консумират сурови, но може и обработени. Зеленчуци - пресни, стерилизирани или замразени: картофи, моркови, домати, чушки (нелюти), зеле, червено цвекло, черна ряпа, марули, магданоз, както и шипков чай и минерална вода (подходящи са Хисаря



или Горна баня). Всяка сутрин 30-45 мин. преди хранене се пие по една чаша затоплена вода на глътки.

- Ограничено количество мазнини след 1-вия месец- предимно растителни (зехтин и олио), животински (прясно масло и сметана).

### **ЗАБРАНЕНИ ЗА КОНСУМАЦИЯ ХРАНИ:**

- Консервирани меса и риба, луканка, създърма, солени и тлъсти риби и хайвер, тлъсто свинско и говеждо месо, овче месо, сланина, свинска мас, овча лой, гъски, патици, силни месни сосове и бульони, пържени и панирани ястия.
- Пикантни подправки: черен пипер, бахар, горчица, кимион.
- Други: туршии, люти чушки, суров чесън и лук, сини домати (патладжан), гъби, силен чай и силно кафе.
- В по-малки количества може да се употребяват шоколад и какао, варен чесън и кромид.

**Диетата трябва да се спазва поне около 6 месеца.**

## **КОИ ГРУПИ ХОРА СА ИЗЛОЖЕНИ НА ПОВИСОК РИСК ОТ ЗАРАЗЯВАНЕ С HBV?**

- хора практикуващи секс с честа смяна на партньорите, особено ако не използват презервативи
- мъже, които правят секс с мъже
- проституиращи мъже и жени
- сексуални партньори на хора, заразени с HBV
- венозни наркомани, ползващи общи игли
- болни, на които се налага често преливане на кръв или кръвни продукти
- бъбречно болни на хемодиализа
- психично болни и хора с умствен дефицит (поради по-лесното им склоняване от недобросъвестни лица към секс без презерватив, проституция, употреба на наркотични вещества)
- здравни работници, работещи с кръв и кръвни продукти, както и такива използващи остър, замърсен с кръв инструментариум (медицински сестри, хирурзи, зъболекари, лаборанти и др.)
- кърмачета, родени от заразени майки. (рискът за развитие на хроничен хепатит В е по-голям, когато инфекцията с вируса настъпи в по-ранна възраст.)

## КАК ДА СЕ ПРЕДПАЗИМ ОТ ЗАРАЗЯВАНЕ?

- Да избягваме инжектирането на наркотици и вещества, особено с общи игли и спринцовки;
- Да не употребяваме общи режещи инструменти – ножчета за бръснене, ножички, четки за зъби, инструменти за татуиране и пиърсинг;
- Да използваме винаги презеративи;
- Да се ваксинираме срещу хепатит В;



*След преболедуване и излекуване от хепатит В, в организма на човека се изработва траен имунитет, който не позволява повторно заразяване.*