

# Гепатит В

## Вступ

Гепатит В — це інфекція печінки, викликана вірусом гепатиту В (ВГВ). Він може передаватися від людини до людини (*заразний*). ВГВ викликає запалення печінки. Існує два види гепатиту В:

- Гострий гепатит В. Тривалість хвороби становить 6 місяців або менше.
- Довготривалий (*хронічний*) гепатит В. Триває більше 6 місяців. Хронічний гепатит В може призвести до:
  - Втрати функції печінки (*печінкова недостатність*).
  - Рубцювання печінки (*цироз*).
  - Раку печінки.

У більшості дорослих із гострим гепатитом В не розвивається хронічний гепатит В. У немовлят і дітей молодшого віку, які хворіють на гепатит В, більша ймовірність розвитку хронічного гепатиту В, ніж у дорослих. Вакцина проти ВГВ може запобігти цій інфекції.



## Які причини?

Це захворювання викликано ВГВ. Вірус може передаватися через:

- Контакт з рідинами організму інфікованої людини. До них належать кров, грудне молоко, сльози, слина, сперма та вагінальні рідини.
- Народження дитини. Жінка з гепатитом В може передати його своїй дитині під час народження.

## Що підвищує ризик?

Наступні фактори можуть підвищити ймовірність розвитку цього захворювання:

- Контакт з голками або шприцями, на яких є гепатит В (*заражений*). Це може статися через ін'єкції препаратів, татуювання або пірсинг. Контакт також може статися під час лікування, при якому тонкі голки вводять через шкіру. Це називається акупунктура.
- Сексуальні стосунки з інфікованою людиною без використання презервативу. Вірус може передаватися при вагінальному, анальному або оральному сексі.
- Проживання або тісний контакт з людиною, яка хворіє на гепатит В.
- Робота, яка передбачає контакт із кров'ю або біологічними рідинами, наприклад, у сфері охорони здоров'я.
- Подорож до країни, де поширений гепатит В.
- Отримання лікування для фільтрації крові (*діаліз нирки*).
- Отримання донорської крові (*переливання крові*) або трансплантація органів.

## Які ознаки або симптоми?

До симптомів цього захворювання можуть належати:

- Втрата апетиту.
- Підвищена температура тіла або втома (*підвищена втомлюваність*).

- Нудота або блювання.
- Біль у шлунку.
- Темно-жовта сеча.
- Пожовтіння шкіри або білків очей (*жовтяниця*).
- Світлий або коричневий кал.
- Біль у суглобах.

Часто гепатит В не викликає симптомів.

## Як це діагностується?

Це захворювання діагностується на основі:

- Фізикального обстеження.
- Вашої історії хвороби.
- Аналізів крові.

## Як це лікується?

Лікування хронічного гепатиту В може включати протівірусні препарати. Ці препарати можуть допомогти:

- Знизити ризик розвитку печінкової недостатності, цирозу або раку печінки.
- Зменшити Вашу здатність передавати гепатит В іншим.

Вам потрібно буде уникати прийому певних лікарських препаратів, які можуть завдати ще більшої шкоди Вашій печінці.

## Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

### Лікарські препарати

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- Якщо Вам призначили протівірусний препарат, приймайте його відповідно до вказівок Вашого лікаря. **Не** припиняйте застосування протівірусних препаратів, навіть якщо Ви відчуваєтеся краще.
- **Не** приймайте:
  - о Безрецептурні препарати, які містять ацетамінофен.
  - о Нові лікарські препарати, у тому числі безрецептурні препарати або харчові добавки, без дозволу Вашого лікаря.

### Діяльність

- Відпочивайте за потреби.
- **Не** вступайте у статеві стосунки, поки Ваш лікар не дозволить.
- Поверніться до звичайного способу життя відповідно до рекомендацій Вашого лікаря. Запитайте у свого лікаря, які види діяльності безпечні для Вас.
- Запитайте свого лікаря, коли Ви можете повернутися до школи або на роботу.
- Уникайте плавання та використання гарячих ванн, доки Ваш лікар не дозволить.

### Їжа та напої

- Дотримуйтеся здорової дієти з великою кількістю фруктів та овочів, цільнозернових продуктів та нежирного м'яса або білків, наприклад, бобів або тофу.
- Пийте достатньо рідини, щоб сеча залишалася блідо-жовтою.
- **Не** вживайте алкоголь.





### Загальні інструкції

- **Не** давайте нікому свої зубні щітки, кусачки для нігтів або бритви.
- Часто мийте руки водою з милом протягом щонайменше 20 секунд. Якщо немає мила та води, використовуйте дезінфікуючий засіб для рук на спиртовій основі.
- Повідомте свого лікаря про всіх людей, з якими Ви проживаєте або тісно контактуєте. Ваш лікар може порекомендувати їм отримати вакцину проти гепатиту В.
- Закрийте будь-які порізи або відкриті виразки на шкірі, щоб запобігти поширенню ВГВ. Дотримуйтесь інших рекомендацій Вашого лікаря щодо того, як уникнути поширення ВГВ.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження. Це важливо.

### Як цьому можна запобігти?

- Зробіть вакцину проти ВГВ. Вона допомагає запобігти інфекції гепатиту В.
- Якщо Ви нещодавно контактували з хворим на ВГВ, Ваш лікар може порекомендувати Вам отримати один із таких препаратів, щоб запобігти зараженню інфекції:
  - Імуноглобулін людини. Це білок крові, який вводиться шляхом ін'єкції або в/в для боротьби з мікробами в організмі.
  - Вакцина проти ВГВ. Навіть якщо Ви отримали цю вакцину в дитинстві, введення бустерної дози може допомогти.
- Часто мийте руки водою з милом протягом щонайменше 20 секунд.
- Використовуйте презерватив щоразу, коли займаєтеся вагінальним, оральним або анальним сексом. Латексні презервативи забезпечують найкращий захист.
- **Не** передавайте голки або шприци іншим особам.
- **Не** використовуйте кров або інші біологічні рідини без рукавичок або інших засобів захисту.
- Не робіть татувань або пірсингу в магазинах, які не дотримуються чистоти.

### Де знайти більше інформації

- Всесвітня організація охорони здоров'я: [www.who.int](http://www.who.int)

### Зверніться до лікаря, якщо у Вас:

- З'явився висип.
- Розвинулася жовтяниця, або Ваша хронічна жовтяниця погіршилася.
- Підвищена температура тіла або озноб.

### Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ви не в змозі їсти або пити.
- Ви відчуваєте сплутаність свідомості.
- У Вас утруднене дихання.
- У Вас набряк шкіри, горла, рота або обличчя.
- Ви маєте приступи.
- Ви відчуваєте сильну сонливість або Вам важко прокидатися.
- У Вас набряк живота.

**Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги. Не їдьте самі у лікарню.**

### Підсумок

- Гепатит В — це інфекція печінки, викликана вірусом гепатиту В (ВГВ). До двох типів гепатиту В належать гострий і довготривалий (*хронічний*) гепатит В.
- ВГВ може передаватися від людини до людини (*заразний*).
- **Не** приймайте жодних нових лікарських препаратів, у тому числі безрецептурних препаратів або харчових добавок, без дозволу Вашого лікаря.
- Щоб запобігти гепатиту В, часто мийте руки водою з милом протягом щонайменше 20 секунд. Якщо немає мила та води, використовуйте дезінфікуючий засіб для рук на спиртовій основі.