

**PREVENIREA HEPATITEI VIRALE A**

Hepatita este o inflamatie a ficatului ce reprezinta cel mai frecvent rezultatul unei infectii virale A,B,C,D,E sau G. Numeroase alte cauze (alcool, efecte secundare ale unor medicamente, toxine) pot genera hepatite sau agrava o hepatita virala.

**Hepatita A**

1. Hepatita acuta virala tip A este o boala cu transmitere digestiva, intalnindu-se mai frecvent in perioada toamna - iarna-primavara si poate afecta colectivitatile de copii si elevi.

2. Boala este strons asociat cu igiena personala precara si salubritatea deficitara.

3. Din aceasta cauza, impreuna cu alte boli cu transmitere digestiva, este denumita boala mainilor murdare.

4. HAV este determinate de un virus care afecteaza ficatul fara sa produca complicatii si care dupa vindecare produce imunitate pentru toata viata.

**Factorii** care favorizeaza aparitia imbolnavirilor:

- igiena defectuoasa (maini nespalate etc.)
- boli ale mainilor murdare
- contactul direct cu persoana infectata
- folosirea de obiecte contaminate (vesela, pahare etc)
- apa contaminate, alimente contaminate (risc crescut de infectare)
- WC-uri publice nedezinfectate corespunzator
- inotul in bazine insuficient clorinate

**Calea de transmitere:** fecal-oral (digestiva)

**Cum se manifesta boala?**

- la 14-42 de zile de la contactul infectant
- disconfort, oboseala, somnolenta
- pielea se coloreaza in galben (icter)
- dispare pofta de mancare
- greata, ameteli, varsaturi, stare de rau general
- scaunele se decoloreaza (albicioase)
- urina se coloreaza in rosu-brun (culoarea berii)

**Cum prevenim imbolnavigarea?**

- spalarea pe maini ori de cate ori este nevoie, dar mai cu grija dupa folosirea WC si inainte de mese
- folosirea de obiecte igienice, curate si care nu au mai fost folosite de alte persoane si nespalate
- consumul de apa numai din surse autorizate
- depozitarea gunoierului in locuri special amenajate

La toate acestea se mai adauga refuzul de alimente sau servicii daca acestea creeaza cea mai mica suspiciune ca nu ar fi curat sau igienic. De preferat ca in deplasari, manifestari sau mese festive, deficientele de igiena sa fie aduse la cunostinta celor care le ofera in cel mai scurt timp; cel mai sigur fiind refuzul acestora.

**Ce facem daca, totusi, ne-am imbolnavit?**

- prezentarea la medicul de familie care va stabili conduita ulterioara
- izolare/internare
- respectarea regimului de viata recomandat (repaus, odihna, alimentatie sanatoasa pentru refacerea ficatului)