

Бирюкова, С. Защита от «детских» болезней / С. Бирюкова // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2018. – № 8 (август). – С. 78-82.

О прививках для взрослых.

Богданова, К. Не будь беспечен – проверь печень / К. Богданова // Будь здоров!. – 2016. – № 9. – С. 7-11.

О влиянии медикаментозного лечения на печень. Перечислены лекарственные препараты, которые особенно вредны для печени.

Богомолов, П. Управа на гепатит С / П. Богомолов ; беседовала С. Чечилова // Будь здоров!. – 2018. – № 10. – С. 14-19 : фот.

Гепатолог П. Богомолов рассказал о работе Московского научно-исследовательского клинического института им. М. Ф. Владимирского в лечении людей с гепатитом С.

Боркунова, Т. И. «Печеночный» стол / Т. И. Боркунова // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2015. – № 9 (сентябрь). – С. 73-78.

О питании при лечении гепатита С.

И снова о гепатите / С. В. Львов [и др.] ; материал подготовила И. Мамичева // Будь здоров!. – 2018. – № 12. – С. 42-47 : ил.

Наиболее острые вопросы, связанные с гепатитом С.

Наумов, Д. Овощная вакханалия / Д. Наумов ; беседовал С. Андрусенко // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2017. – № 4 (апрель). – С. 68-71

Беседа с доктором о поведении и лечении больного с гепатитом С.

Письман, Л. Болезнь Прометея / Л. Письман // Будь здоров!. – 2015. – № 10. – С. 55-59.

Как уберечься от вирусных заболеваний печени. О пользе вакцинации и мерах профилактики вирусных гепатитов.

Рецепты не стареют. – (Из архива «ЗОЖ») // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2018. – № 8 (август). – С. 20-23.

Народные фиторецепты для лечения гепатита.

Ройзман, С. А. Изгнание хронического гепатита В / С. А. Ройзман // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2016. – № 1 (154). – С. 35-46.

О гепатите В, его диагностике и методах лечения.

Тайц, Б. А. Продолжая тему гепатитов / Б. А. Тайц // Предупреждение плюс. Библиотечка «ЗОЖ». – 2016. – № 2 (февраль). – С. 75-78.

О гепатите В и лечении недуга средствами гомеопатии.



Наш адрес:

г. Ангарск, 17 микрорайон, дом 4
Центральная городская библиотека

☎ 8 (3955) 55-09-69

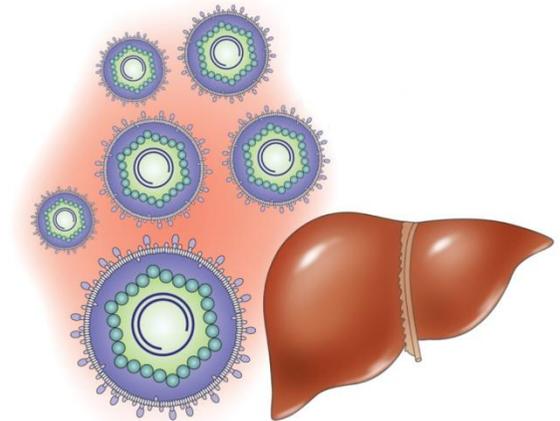
<http://cbs-angarsk.ru>

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
Ангарского городского округа
«Централизованная библиотечная система»

Информационно-библиографический отдел

Серия «Календарь здоровья»

Предупредите гепатит!



28 июля – Всемирный день борьбы с гепатитом

Ангарск
2019

Составитель: гл. библиограф Петрова И. А.

Вирусы гепатита

Согласно информации Всемирной организации здравоохранения, заболевание вирусными гепатитами переносят примерно 2 миллиарда людей на планете – это каждый третий. Ежегодно во всем мире умирает более 1 миллиона человек, что сравнимо со смертностью от туберкулеза и больше количества смертей от ВИЧ.

Гепатит – воспалительное заболевание печени, как правило, вирусного происхождения. Ученые выделяют несколько типов вирусного гепатита (А, В, С, D и E).

На сегодняшний день главными угрозами являются **гепатит А**, **гепатит В** и **гепатит С**. Они вызывают похожие симптомы: жар, утомляемость, потерю аппетита, тошноту, рвоту, боль в животе и в суставах, стул глинистого цвета и желтуху (желтые белки глаз или кожа).

Почти все заболевшие **гепатитом А** выздоравливают полностью в течение нескольких недель или месяцев.

В противоположность этому, **гепатит В** и **гепатит С** могут привести к циррозу печени, раку печени и даже к смерти. Причина проста: на ранней стадии болезнь может протекать бессимптомно, и значительная часть людей, инфицированных этими вирусами, узнает о своей болезни лишь тогда, когда она переходит в хроническую форму.

Эти три вирусных гепатита различаются способами передачи от одного человека другому.

Гепатит А, или болезнь Боткина. Самый распространенный тип гепатита. Источником заболевания являются грязные или плохо вымытые руки и продукты питания, предметы обихода, больной желтухой и прочее.

Гепатит В. Инфекция передается через половой контакт, нестерильные шприцы, от матери плоду во время беременности.

Гепатит С. Самая тяжелая и опасная форма гепатита. 70 – 80% случаев образуют хроническую долю. Распространяется посредством зараженной крови через переливание, шприцы и половой контакт.

Как защитить себя и избежать заболевания?

1. Сделайте прививку

Вакцины против гепатитов типов А и В очень эффективны. Они могут быть в разных инъекциях или в комбинированной вакцине. От гепатита С вакцины не существует.

2. Сделайте мытье рук приоритетом

Настаивайте на том, чтобы члены вашей семьи очень тщательно мыли руки после посещения туалета и перед тем, как брать в руки пищу, готовить или есть.

3. Будьте бдительны, имея дело с кровью других людей

Любой контакт с кровью может передавать гепатиты В и С. Нет никакого внешнего способа узнать, что какой-то конкретный человек болен гепатитом. Если произошел контакт с кровью, смойте ее так быстро, как это возможно.

4. Остерегайтесь игл

Гепатитом можно заразиться через иглы для подкожных инъекций и инструментов. Посещайте только проверенные маникюрные и тату-салоны, используйте в лечебных учреждениях как можно больше изделий медицинского назначения и инструментария однократного применения.

5. Знайте, чем не надо делиться

Не давайте и не пользуйтесь сами чужими бритвенными станками, зубными щетками и пилками для ногтей и другими личными вещами, где может оказаться кровь.

6. Секс должен быть безопасным

Лицам, имеющим половые контакты с больными гепатитом В или носителями вируса, рекомендуется использовать презервативы.

7. Следите за тем, что вы едите и пьете

Вирус гепатита вполне возможно получить с пищей, которая была приготовлена людьми, не соблюдающими правила гигиены.

Советуем почитать

55.141

Р 69

Романова, Е. А. Гепатит. Диагностика, профилактика, эффективные методы лечения / Е. А. Романова. – Москва : АСТ, 2007. – 128 с.

Агушина, Т. Печень терпит до последнего / Т. Агушина // Будь здоров!. – 2015. – № 9. – С. 14-17.

Ранняя диагностика заболевания гепатитом С позволит избежать перехода болезни в хроническую форму.