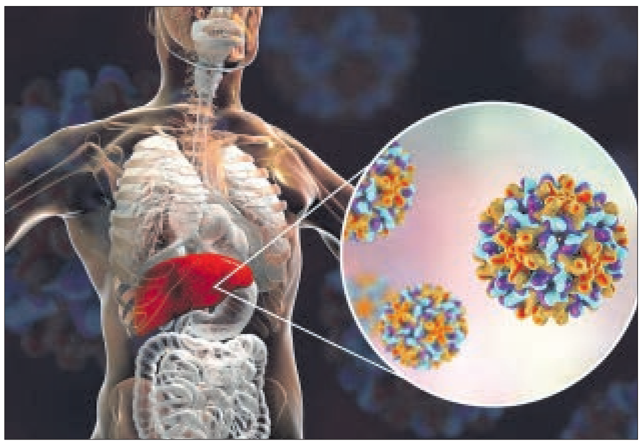
Вядучая рубрыкі Алена КРАВЕЦ.
Тэл. (017) 311-17-36.

Карысна ведаць

АДВЕСЦІ ЎДАР АД ПЕЧАНІ

Вірусныя гепатыты штогод забіраюць жыцці больш чым мільёна чалавек па ўсім свеце. І, на жаль, захваральнасць застаецца высокай. Для інфіціравання небяспечным і вельмі заразным вірусам гепатыту B (у 100 разоў больш прыліпчывым, чым ВІЧ) дастаткова ўсяго кроплі крыві ці іншай біялагічнай вадкасці, якая кантактуе з крывёй. З-за сваёй устойлівасці гэты вірус можа доўгі час захоўвацца ў навакольным асяроддзі. У замарожаным выглядзе ён захоўваецца ажно 20 гадоў! Пры пакаёвай тэмпературы жыве на працягу трох месяцаў, пры апрацоўцы фармалінам — тыдзень, хларыраванне можа вытрымліваць цэлыя дзве гадзіны, а кіпячэнне — гадзіну. І толькі 80-працэнтны этылавы спірт абясшкоджвае вірус на працягу дзвюх хвілін.

НЕПРЫКМЕТНЫ ЗАБОЙЦА



Гепатыт — небяспечны вірус, які выклікае запаленчыя працэсы ў печані і можа прыводзіць да яе цырозу і раку. Існуе пяць відаў віруса гепатыту, але найбольш распаўсюджаныя два — B і C. Небяспека віруснага гепатыту ў тым, што ён доўгі час можа праходзіць непрыкметна, а сімптомы з'яўляюцца толькі на позніх стадыях.

— На жаль, нягледзячы на паляпшэнне інструментаў дыягностыкі і лячэння, а таксама зніжэнне цэн на вакцыны, узровень ахопу вакцынацыяй і лячэннем захварэлых і смяротнасць ад віруснага гепатыту расце ва ўсім свеце, — адзначае **прадстаўнік Сусветнай арганізацыі аховы здароўя ў Беларусі Сяргей ДЗІОРДЗІЦА**. — У 2022 годзе ва ўсім свеце ад прычын, звязаных з вірусным гепатытам, памерла каля 1 мільёна 300 тысяч чалавек у параўнанні з 1 мільёнам 100 тысячамі ў 2019 годзе. З іх 83 % выпадкаў выклікана гепатытам B, а 17 % — гепатытам C. Такім чынам штодзённа ў свеце ад інфекцыі гепатыту B і C памірае 3,5 тысячы чалавек.

У Еўропе захворванне на вірусны гепатыт нераўнамернае: ёсць краіны з нізкай эндэмічнасцю, а ёсць — з высокім узроўнем захваральнасці. У рэгіёне больш за 10,5 мільёна чалавек інфіцыравана гепатытам B. Але пра свой статус ведае толькі 16 % з іх, а атрымлівае лячэнне — усяго 12 %. Больш за 8,5 мільёна інфіцыравана гепатытам C, з іх ведае пра свой статус 29 %, атрымлівае лячэнне — 9 %.

Аднак ёсць і станоўчыя моманты: 50 з 53 еўрапейскіх краін паспяхова рэалізавалі праграму ўсеагульнай вакцынацыі дзяцей ад гепатыту B, у тым ліку дзевяць краін дасягнулі рэгіянальных мэт па барацьбе з гепатытам B да 2023 года, сярод іх і Беларусь.

— У нашай краіне зроблена значная работа па імунізацыі насельніцтва ад усіх асноўных хвароб, якія можна папярэдзіць з дапамогай вакцынацыі. І гепатыт B паддаецца прафілактыцы з дапамогай бяспечных і эфектыўных вакцын, якія забяспечваюць амаль 100-працэнтную абарону ад захворвання, — падкрэсліў прадстаўнік СААЗ.

Ён расказаў, што ўжо 30 гадоў СААЗ падтрымлівае намаганні Міністэрства аховы здароўя Беларусі па вакцынацыі супраць гепатыту B. І Еўрапейскі рэгіянальны офіс СААЗ даў Нацыянальнаму экспертнаму савету па імунізацыі рэкамендацыі, павучанні, а таксама садзейнічаў наладжванню абмену вопытам з кансультатыўнымі групамі па імунізацыі з іншых краін.

У 2022 годзе СААЗ даў Беларусі неабходную падтрымку для правядзення нацыянальнага даследавання па ацэнцы праграмы вакцынацыі супраць гепатыту B. Яно паказала, што імунізацыя прывяла да фактычнай ліквідацыі гепатыту B сярод дзяцей, якія нарадзіліся ў поствакцынальны перыяд. Вынікам гэтай сумеснай работы стала ўручэнне ў 2023 годзе Міністэрству аховы здароўя афіцыйнага сертыфіката СААЗ аб дасягненні рэгіянальных мэтавых паказчыкаў барацьбы з гепатытам B шляхам імунізацыі.

ДЗЕ БЯСПЛАТНА ПРАВЕРЫЦЦА?

Як пацвердзіла **урач-эпідэміёлаг аддзела прафілактыкі ВІЧ-інфекцыі і парэнтэральных вірусных гепатытаў Рэспубліканскага цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя Святлана СЕРГЯЕНКА**, у Беларусі адзначаецца выражаная тэндэнцыя да зніжэння захваральнасці вірусным гепатытам B і C. За апошнія 10 гадоў захваральнасць на востры гепатыт B знізілася ў пяць разоў — за кошт вакцынацыі. Гэта надзейная абарона ад інфекцыі. У краіне ў адпаведнасці з Нацыянальным календаром прафілактычных прышчэпак усе нованароджаныя дзеці атрымліваюць першую прышчэпку ад гепатыту B у першыя 12 гадзін жыцця, а наступныя — у два, тры і чатыры месяцы. Таксама па эпідэміялагічных паказаннях прышчэпкі робяць медыцынскім работнікам, якія маюць кантакт з крывёй і біялагічнымі вадкасцямі; кантактным асобам у ачагах гепатыту B; асобам, якія заняты ў вытворчасці імуналагічных лекавых прэпаратаў; студэнтам і навучэнцам медыцынскіх ВНУ і каледжаў.

— Вакцыны, якія прымяняюцца ў Беларусі, характарызуюцца высокай дапушчальнасцю і эфектыўнасцю. З 2021 года ў краіне рэалізуецца сістэма мерапрыемстваў па элімінацыі віруснага гепатыту C. Адно з асноўных мерапрыемстваў — лячэнне пацыентаў з гепатытам C. Лячэнне бясплатнае, прэпараты закупляюцца за кошт дзяржаўнага бюджэту, — адзначыла Святлана Сергеенка.

У рамках мерапрыемстваў, прымеркаваных да Сусветнага дня барацьбы з вірусными гепатытамі (адзначаецца 28 ліпеня), у Мінску да 16 жніўня можна прайсці дабравольнае ананімнае бясплатнае экспрэс-тэсціраванне на гепатыт B і C у кансультатыўным кабінеце Рэспубліканскага цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя па адрасе: Клары Цэткін, 4. Падчас чакання выніку, які будзе гатовы праз 10-15 хвілін, можна прайсці кансультацыю па пытаннях прафілактыкі гепатыту B і C.

Абследавацца на гепатыт B і C можна ў кожнай паліклініцы па месцы жыхарства. Прышчапіцца ад гэтай інфекцыі спецыялісты рэкамендуюць усім дарослым, якія не атрымалі прышчэпку ў дзяцінстве, а тым, хто хварэў на гепатыт C, — у абавязковым парадку.

ГЕПАТЫТ C: ЛЯЧЭННЕ ДЛЯ ЎСІХ

Вакцыны ад гепатыту C не існуе, але гэта інфекцыя паспяхова лечыцца. У Гарадской інфекцыйнай бальніцы г. Мінска працуе адзінае ў краіне аддзяленне вірус-асацыіраваных цырозаў печані. Сюды могуць трапіць пацыенты па накіраванні інфекцыяністаў сталічных паліклінік. Акрамя таго, на базе бальніцы функцыянуе рэспубліканскі гепаталагічны цэнтр, куды могуць звяртацца пацыенты з іншых рэгіёнаў і пры неабходнасці прайсці абследаванне ў стацыянары.

— На сёння лячэнне ад гепатыту C атрымліваюць абсалютна ўсе пацыенты, але, безумоўна, ёсць прыярытэтныя групы — тыя, каму лячэнне прызначаецца неадкладна. У першую чаргу гэта пацыенты з цырозам печані і тыя, хто рыхтуецца да трансплантацыі печані. Асаблівасцю сучаснага этапу з'яўляецца і той факт, што абсалютна ўсе пацыенты, што паступаюць у нашу бальніцу, у абавязковым парадку абследуюцца на маркёры гепатыту B і C. Такім чынам мы стараемся максімальна пашырыць выяўленне тых людзей, якія маюць хранічную інфекцыю, — расказала **загадчык аддзялення вірус-асацыіраваных цырозаў печані гарадской клінічнай інфекцыйнай бальніцы Людміла ЖМУРОЎСКАЯ**.

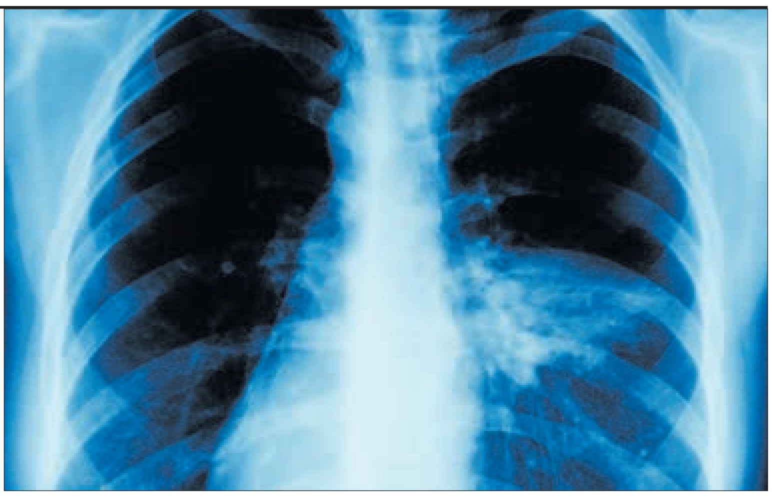
Яна адзначыла, што эфектыўнасць супрацьвірусных прэпаратаў вельмі высокая — 98-99 %.

— Крайне рэдка сустракаюцца пацыенты, чый арганізм не адрэагаваў на першы курс тэрапіі, і на сёння дзяржава закупіла шэраг прэпаратаў, якімі праводзіцца пералечванне і далечванне. Сродкі эфектыўныя, вынікі вельмі добрыя. Мы працуем гэтак жа, як і ўвесь свет. Кошт лячэння на сёння значна знізіўся ў параўнанні з тым, якім ён быў напачатку, — дадала ўрач.

Скажыце, доктар...

ЗБЕРАГЧЫ ЛЁГКІЯ

Што трэба ведаць пра пнеўманію



Мікаплазменная інфекцыя, якая выклікае шэраг рэспіраторных праяў, у тым ліку бранхіты і пнеўманіі, актывізуецца кожныя чатыры-восем гадоў. Менавіта сёлета ў вясенне-летні перыяд адбыўся ўсплёск такіх пнеўманій. Чым небяспечнае гэта захворванне і хто найбольш рызыкуе, расказала ўрач-эпідэміёлаг Мінскага абласнога цэнтра гігіены, эпідэміялогіі і грамадскага здароўя Аліна ЕМАШОВА.

— Растлумачце, што такое пнеўманія?

— Пнеўманія — вострае захворванне, пры якім у лёгкіх развіваецца запаленне. Яго выклікаюць мікраарганізмы (узбуджальнікі), часцей за ўсё гэта бактэрыі, напрыклад пнеўмакок або мікаплазма. Радзей пнеўманію выклікаюць вірусы (напрыклад, вірус грыпу), часам найпрасцейшыя (дрожжападобныя грыбы, candida). Здараецца, бактэрыі і вірусы могуць выяўляцца ў пацыентаў з пнеўманіяй адначасова, тады размова ідзе пра мікст-інфекцыю.

— Часта даводзіцца чуць тэрмін «пазабальнічная пнеўманія»...

— Пнеўманію называюць пазабальнічнай, калі яна развілася за межамі бальніцы ці іншай лячэбнай установы.

— Як мы можам заразіцца?

— Мікраарганізмы часцей за ўсё трапляюць у лёгкія праз дыхальныя шляхі — трахею, бронхі. Пры гэтым пнеўманія ўзнікае толькі ў тым выпадку, калі арганізм чалавека не можа своечасова «выдаліць» магчымага ўзбуджальніка (напрыклад, аслаблены імунітэт, у лёгкія трапіла вялікая колькасць бактэрый), альбо ўзбуджальнік з'яўляецца вельмі агрэсіўным.

— Хто найчасцей у групе рызыкі?

— Пнеўманія можа развівацца ў любым узросце, але часцей сустракаецца ў пажылых людзей (асабліва старэйшых за 65 гадоў), а таксама пры наяўнасці хранічных спадарожных захворванняў, такіх як сардэчная недастатковасць, цукровы дыябет, хранічная абструктыўная хвароба лёгкіх. Спрыяюць развіццю пнеўманіі пераахаладжэнне, злоўжыванне алкаголем, курэнне, прыём лекаў, што прыгнятаюць імунітэт.

— Як праяўляецца захворванне?

— У выніку запалення ў лёгкіх назапашваецца сакрэт, які можа парушаць абмен кіслароду і вуглякіслага газу і прыводзіць да з'яўлення задышкі (цяжкасці дыхання). Пры пнеўманіі запаленне часта распаўсюджваецца на бронхі, што можа прыводзіць да з'яўлення кашлю і макроты. Гэта суправаджаецца з'яўленнем боляў у грудзях пры кашлі, дыханні. Пры запаленні лёгкіх у большасці пацыентаў назіраюцца павышэнне тэмпературы (звычайна вышэй 38 °C) дрыжыкі, слабасць, павышаная стамляльнасць, моцнае потааддзяленне па начах.

Развіццю захворвання могуць папярэднічаць сімптомы прастуды (болі ў горле, насмарк і іншыя). Пнеўманія, у сваю чаргу, можа прывесці да абвастрэння наяўных хранічных захворванняў.

Пнеўманія — сур'ёзнае захворванне, якое пры несвоечасовай дыягностыцы або няправільным лячэнні можа прыводзіць да развіцця ўскладненняў і нават смерці. Таму, калі вы западозрылі ў сябе запаленне лёгкіх, трэба неадкладна звярнуцца да ўрача.

Для таго каб папярэдзіць пнеўманію, важна прытрымлівацца агульных правіл па ўмацаванні здароўя, у прыватнасці кінуць курыць, мець рэгулярныя фізічныя нагрузкі і дастатковае збалансаванае харчаванне.