

# ГЕПАТИТ С и ваша печень

Пройдите обследование.

Встаньте на путь выздоровления!



**NYC**<sup>™</sup>  
Health



ДАЖЕ ЕСЛИ ВЫ НЕ  
ЗАМЕЧАЕТЕ  
СИМПТОМОВ, ВАША  
ПЕЧЕНЬ МОЖЕТ БЫТЬ  
ПОРАЖЕНА  
ГЕПАТИТОМ С.

Печень играет важную роль в поддержании здоровья человека. Она выводит токсины из крови и помогает преобразовывать пищу в энергию.

Гепатит — это воспаление печени. Существуют различные виды гепатита. **Гепатит С** вызывается вирусом, который поражает печень. Сам вирус передается через кровь.

# Гепатит С может стать причиной серьезных проблем со здоровьем:

- поражения печени;
- цирроза;
- печеночной недостаточности;
- рака печени.

Гепатит С даже может привести к смерти.



## Симптомы

У большинства людей Гепатит С протекает **бессимптомно**, а инфицированный им человек может не подозревать о заболевании. Симптомы могут начать свое развитие спустя 30 лет после инфицирования. Появление симптомов зачастую является признаком заболевания печени на поздних стадиях.

К симптомам и признакам гепатита С относятся:

- повышенная температура;
- утомляемость;
- потеря аппетита;
- тошнота;
- рвота;
- боли в области живота;
- потемнение мочи;
- кал серого цвета;
- боль в суставах;
- желтуха.

**Если у вас гепатит С — вы не одиноки.**

Около **4 миллионов** человек в Соединенных Штатах Америки страдают гепатитом С.

Почти **150 000** из них проживают в г. Нью-Йорке.

Узнайте больше о гепатите С, чтобы принять наилучшие для своего здоровья решения. Посетите сайт [nyc.gov/health/hepC](http://nyc.gov/health/hepC)

# Стадии гепатита С

**Острый гепатит С** — первые шесть месяцев после инфицирования.

- У некоторых людей гепатит С проходит самостоятельно в течение шести месяцев.
- У большинства людей острая стадия гепатита С протекает бессимптомно.

**Хронический гепатит С** — длительное заболевание.

- У большинства людей, инфицированных гепатитом С, заболевание переходит в хроническую форму.
- Хронический гепатит С может вызывать воспаление и рубцевание ткани печени, которые могут привести к повреждению печени средней степени тяжести (фиброз) и тяжелому повреждению печени (цирроз).
- При циррозе значительно возрастает риск развития печеночной недостаточности, рака печени и даже смерти.
- Повреждение печени обычно происходит медленно, на протяжении 20–30 лет.



## Анализы для выявления гепатита С и диагностика состояния печени

Чтобы выявить гепатит С или выяснить, как данное заболевание влияет на ваше здоровье, поставщик медицинских услуг может выполнить некоторые из нижеуказанных анализов.

### Анализ крови

- **Анализ на антитела к гепатиту С** показывает, были ли вы когда-либо заражены вирусом гепатита С. В случае положительного результата вам нужно будет сдать еще один анализ (анализ на РНК вируса гепатита С), чтобы определить заражены ли вы гепатитом С в данный момент.

- **Анализ на РНК вируса гепатита С (определение вирусной нагрузки)** позволяет на месте определить количество вируса (вирусную нагрузку) гепатита С в крови. Положительный результат означает, что вы заражены гепатитом С.

При назначении курса лечения от гепатита С, определение РНК вируса гепатита С будет проводиться во время лечения и по его завершении, что позволит проверить эффективность лечения. Если лечение окажется успешным, то вирусная нагрузка снизится до нуля (вирус в крови не обнаружен) и будет оставаться на этом уровне. Если через 12 недель после лечения вирусная нагрузка по-прежнему не обнаруживается, вы достигли устойчивого вирусологического ответа (УВО), то есть вылечились. Результаты этого заключительного анализа крови на УВО подтверждают ваше выздоровление.

- **Определение генотипа вируса гепатита С** позволяет установить вид вируса гепатита С, которым вы заражены. Зная генотип вируса, поставщик медицинских услуг может подобрать наиболее эффективный вариант лечения.
- **Функциональные пробы печени (ФПП)** определяют, насколько хорошо работает печень. Высокие уровни определенных веществ могут свидетельствовать о воспалении или повреждении печени.
- **Анализы на фиброз печени** определяют степень поражения печени (наличие фиброза).

## **FibroScan**

Неинвазивный метод визуальной диагностики позволяет определить степень повреждения печени на основе снимков, по которым можно судить о форме, размере или жесткости печени.

## **Биопсия печени**

Извлечение с помощью иглы небольшого фрагмента ткани печени. Полученная ткань изучается под микроскопом для определения степени поражения или стадии заболевания.

## **Скрининг рака печени**

При циррозе печени рекомендуется каждые полгода сдавать анализы крови или проходить ультразвуковые исследования.

Пройдите обследование! Только так можно узнать  
больны ли вы гепатитом С.

# Если у вас гепатит С



Обратитесь за лечением к поставщику медицинских услуг, специализирующемуся на гепатите С

Регулярно посещайте врача для профилактики своего здоровья.

Даже если вы чувствуете себя превосходно, у вас все равно могут быть проблемы с печенью.

Поставщик медицинских услуг поможет вам выбрать правильное лечение, которое позволит улучшить ваше здоровье и защитить вашу печень.

## Как вылечить гепатит С

В большинстве случаев гепатит С можно **вылечить**, принимая противовирусные препараты в течение нескольких месяцев. Пациент считается здоровым, если вирус не обнаруживается в крови в течение нескольких месяцев после окончания лечения.

Благодаря **новым противовирусным препаратам для лечения гепатита С** процесс лечения теперь проходит легко, быстро и успешно почти у всех инфицированных вирусом гепатита С, в том числе ВИЧ-инфицированных людей, а также среди тех, кто активно употребляет алкоголь или принимает наркотики.

### Современное лечение гепатита С

Обычно длится два-три месяца.

Часто предусматривает прием всего одной таблетки в день.

Имеет незначительные побочные эффекты.

Недорого или бесплатно.

Подходит для всех генотипов вируса.

## Вылечить можно почти всех пациентов.

Лекарственные препараты от гепатита С обладают способностью останавливать размножение вируса, то есть они **не просто временно ослабляют болезнь, а полностью ее излечивают!**

**Вакцины от гепатита С не существует, и к нему не вырабатывается иммунитет.**

Даже после лечения и выздоровления можно повторно заразиться вирусом гепатита С. Чтобы этого не случилось, избегайте контакта с чужой кровью.

## Защитите свое здоровье

**Если вы больны гепатитом С или циррозом, вам безопаснее всего полностью отказаться от употребления алкоголя.**

Употребление алкогольных напитков приводит к поражению печени. Отказ от них — один из важнейших шагов, которые вы можете сделать, чтобы защитить свою печень. Узнайте больше о том, как сократить количество потребляемого алкоголя, на сайте [rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov](http://rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov).

Если вам нужна помощь в отказе от употребления алкогольных напитков, обратитесь к поставщику медицинских услуг или позвоните в службу **311**.

**Прежде чем принимать лекарственные препараты, продаваемые без рецепта, лекарственные средства природного происхождения, витамины или добавки, проконсультируйтесь со своим поставщиком медицинских услуг.**

Некоторые безрецептурные лекарственные препараты, в частности ацетаминофен (Tylenol), витамины, добавки (например, железо) и лекарственные средства природного происхождения (лекарственные травы) могут быть опасны для печени. Обязательно сообщайте всем своим поставщикам медицинских услуг, что у вас гепатит С, чтобы избежать использование лекарственных препаратов, способных причинить вред печени.

**Придерживайтесь здоровой диеты, занимайтесь спортом и следите за весом.**

**Получите поддержку.** Поговорите о том, что вас волнует, со своим поставщиком медицинских услуг и с теми, кому вы доверяете.

Вы можете связаться с группой поддержки больных гепатитом С лично или онлайн. Для получения более подробной информации посетите сайт [HepFree.nyc](http://HepFree.nyc)

Если вам нужна психологическая помощь, обратитесь к своему поставщику медицинских услуг или позвоните в службу **311**.

## Какие вопросы задать поставщику медицинских услуг:

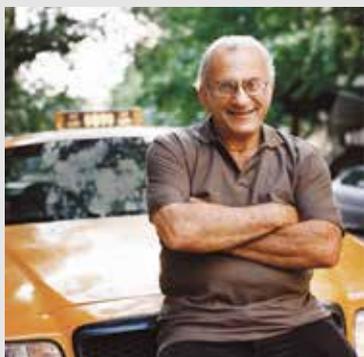
- Я хочу сдать анализы на гепатит С, потому что, судя по списку на стр. 9, я нахожусь в группе риска. Можете ли вы выполнить анализы на наличие у меня вируса гепатита С?
- Что означают результаты моих анализов?
- Поражена ли моя печень? Если да, то насколько?
- Можно ли мне делать прививки от других заболеваний, например, от гепатита А и В или гриппа, чтобы защитить свое здоровье?
- Какой вес, диета и физическая нагрузка являются для меня оптимальными?
- Какое лечение гепатита С будет наиболее эффективным в моем случае?
- Могу ли я и дальше без риска для здоровья принимать лекарства (включая лекарственные препараты, отпускаемые без рецепта), лекарственные травы, витамины и добавки?
- Я хочу пройти курс лечения от гепатита С. Что для этого нужно сделать?
- Как мне оплатить лечение гепатита С?



# Защитите окружающих от гепатита С

Вирус гепатита С способен существовать вне организма человека.

- **При применении препаратов, вводимых с помощью шприцев, пользуйтесь только новыми или стерильными принадлежностями для инъекций**, такими как иглы, шприцы, вата, чашки, ремешки, бритвы, кусачки, емкости для приготовления, соломинки и трубки, а также используйте стерильную воду для ополаскивания.
- **Не позволяйте окружающим пользоваться вашими средствами личной гигиены**, такими как зубные щетки, бритвы, иголки, щипчики и пилки для ногтей, ножницы, а также полотенцами или салфетками, на которых могла остаться ваша кровь.
- **Закрывайте порезы и открытые раны** бинтом или пластырем. Следите за тем, чтобы окружающие не касались предметов, на которые попала ваша кровь.
- **Предохраняйтесь при половом контакте**. Если у вас несколько партнеров, вы являетесь носителем ВИЧ или других инфекций, передаваемых половым путем, обязательно используйте презервативы.
- **Протирайте места**, запачканные кровью, раствором хлорного отбеливателя (девять порций воды на одну порцию отбеливателя).
- **Если вы беременны, обязательно обсудите вопросы, связанные с гепатитом С, со своим поставщиком медицинских услуг**. Гепатит С может передаваться от матери ребенку во время беременности или родов.



## При бытовом контакте гепатит В не передается

Гепатит С **не передается** через чихание, кашель, поцелуи, объятия, рукопожатия, во время разговора, через общие столовые приборы, стаканы, пищу или воду. Гепатит С не является основанием, чтобы отказывать в посещении работы, учебного заведения, игровых площадок или детского сада.

# Дополнительная информация и ресурсы

Департамент здравоохранения г. Нью-Йорка (NYC DOH)  
Позвоните в службу **311** или посетите сайт [nyc.gov/health/hepC](https://nyc.gov/health/hepC)

Доступная медицинская помощь людям с гепатитом С в государственных больницах г. Нью-Йорка  
[nyc.gov/hhc](https://nyc.gov/hhc)

Информация о медицинском страховании  
[access.nyc.gov](https://access.nyc.gov)

Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC)  
[cdc.gov/hepatitis](https://cdc.gov/hepatitis)

Американский фонд борьбы с заболеваниями печени  
(American Liver Foundation)

Служба поддержки для людей с гепатитом С, поиск поставщиков медицинских услуг и группа психологической помощи в Интернете:  
800-465-4837 или [liverfoundation.org](https://liverfoundation.org)

Источники на сайте Harm Reduction Resources  
[harmreduction.org](https://harmreduction.org)

Рабочая группа г. Нью-Йорка по борьбе с гепатитом С  
(NYC Hep C Task Force)  
[HepFree.nyc](https://HepFree.nyc)

# Оценка риска заражения гепатитом С

- Вы родились в период между 1945 и 1965 годом?
- Вам когда-нибудь делали инъекции лекарств, гормонов, стероидов, силикона или косметических средств (даже если это было давно и только один раз)?
- Вам делали переливание крови или пересадку органов до 1992 года?
- Вы являетесь носителем ВИЧ?
- Вы родились в Египте, Пакистане, России или странах бывшего СССР?
- Вы когда-нибудь пробовали наркотики, которые вдыхают через нос?
- Была ли ваша мать больна гепатитом С, когда вы родились?
- Вы когда-нибудь делали татуировку или пирсинг у мастеров, не имеющих лицензии?
- У вас когда-нибудь были плохие результаты тестов функционирования печени? У вас когда-нибудь выявляли заболевания печени?
- Вы когда-нибудь проходили долгосрочный диализ?
- Случалось ли вам уколоться иглой или контактировать с чужой кровью на работе?
- Вы когда-либо пребывали в местах лишения свободы?
- Являетесь ли вы мужчиной, вступающим в половые отношения с мужчинами?
- У вас несколько половых партнеров?

Если вы ответили «Да» на любой из этих вопросов, вы находитесь в группе риска заболевания гепатитом С. Для получения более подробной информации о том, как пройти обследование, обратитесь к поставщику медицинских услуг, посетите сайт [nyc.gov/health/hepC](https://www.nyc.gov/health/hepC) или отправьте письмо на электронный адрес [hep@health.nyc.gov](mailto:hep@health.nyc.gov).

**Пройдите обследование. Встаньте на путь выздоровления!**

**Пройдите обследование.  
Встаньте на путь  
выздоровления!**