




ГЕПАТИТ С и ваша печень

Пройдите обследование.

Встаньте на путь выздоровления!



NYC[™]
Health



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

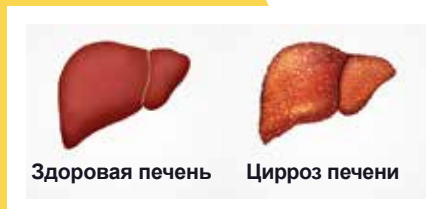
Печень играет важную роль в поддержании здоровья человека. Она выводит токсины из крови и помогает преобразовывать пищу в энергию.

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

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.

Анализы 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.

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

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

Доступная медицинская помощь людям с гепатитом С в государственных больницах г. Нью-Йорка
nyc.gov/hhc

Информация о медицинском страховании
access.nyc.gov

Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC)
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

Источники на сайте Harm Reduction Resources
harmreduction.org

Рабочая группа г. Нью-Йорка по борьбе с гепатитом С
(NYC Hep C Task Force)
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.

Пройдите обследование. Встаньте на путь выздоровления!

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