**О проведении Дня здоровья на тему**

***«Сохраним печень здоровой»***

Ежегодно 28 июля в системе международных дней ООН при участии Всемирной организации здравоохранения отмечается **Всемирный день борьбы с гепатитом**. Цель этого дня — повысить осведомленность общественности в отношении разных форм гепатита. В рамках этого международного дня проводятся мероприятия, задача которых — информировать население о разных формах гепатита и способах их передачи, основных методах диагностики, профилактики и лечения.

Гепатит — воспаление печени, вызываемое вирусной инфекцией, является одним из самых распространенных и серьезных инфекционных состояний в мире. [Существует пять вирусов гепатита](http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2012/world_hepatitis_day_20120725/ru/index.html), определяемых как типы A, B, C, D и E. В зависимости от типа гепатита люди могут заразиться либо от инфицированных жидкостей организма, либо от зараженных пищевых продуктов и воды. Инфицирование типами B, C и D происходит через кровь инфицированного человека, а в случае гепатита B и C – также при незащищенном сексе. Тип D инфицирует лишь тех, кто уже болен гепатитом B. Типы A и E обычно передаются через зараженную воду или пищевые продукты и тесно связаны с ненадлежащей санитарией и плохой личной гигиеной.

Острая инфекция может протекать с такими симптомами, как желтуха (пожелтение кожи и глаз), чрезмерная утомляемость, тошнота, рвота и боли в области живота. Типы B и C на ранней стадии болезни в ряде случаев могут протекать бессимптомно. Значительная часть людей, инфицированных этими вирусами, может узнать о своей болезни лишь тогда, когда она перейдет в хроническую форму, иногда через несколько десятилетий после инфицирования. Не зная о своей инфекции, они могут передавать ее другим людям.

Число гепатитов невирусной этиологии в общей массе гепатитов достаточно невелико, но знать причины, по которым они возникают, необходимо каждому человеку. Боли в печени и характерное пожелтение кожных покровов могут стать результатом избытка лекарственных препаратов (аспирин, обезболивающие и спазмолитики, сильные антибиотики), воздействия отравляющих веществ (сулема, некоторые растительные алкалоиды, формальдегид, метанол и т.д.), застоя желчи в результате желчнокаменной болезни, аутоиммунного заболевания, тотального облучения организма высокими дозами радиации.

Гепатиты, вызванные разными вирусами, передаются по-разному, однако все они могут вызывать острое и хроническое воспаление печени, которое порой приводит к циррозу и раку. Защититься от гепатита можно двумя способами. Во-первых, можно стараться избежать заражения: соблюдать гигиену (это важно для защиты от вирусов А и Е), соблюдать осторожность при переливании крови и половых контактах (это поможет предохраниться от вирусов В и С). Во-вторых, можно сделать прививку. Как правило, вакцина защищает человека от заражения вирусами А и В.

Печень похожа на заботливую хозяйку. Она чистит, расщепляет, выделяет, перерабатывает. А человек всячески старается ей навредить алкоголем, таблетками, никотином, обильной едой… А если печень выходит из строя, постепенно разрушается весь организм. Важно помнить об этом и сохранить печень здоровой и сильной.