HYGIENICKÁ STANICE HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY

Jak se chránit proti hepatitidě A ?

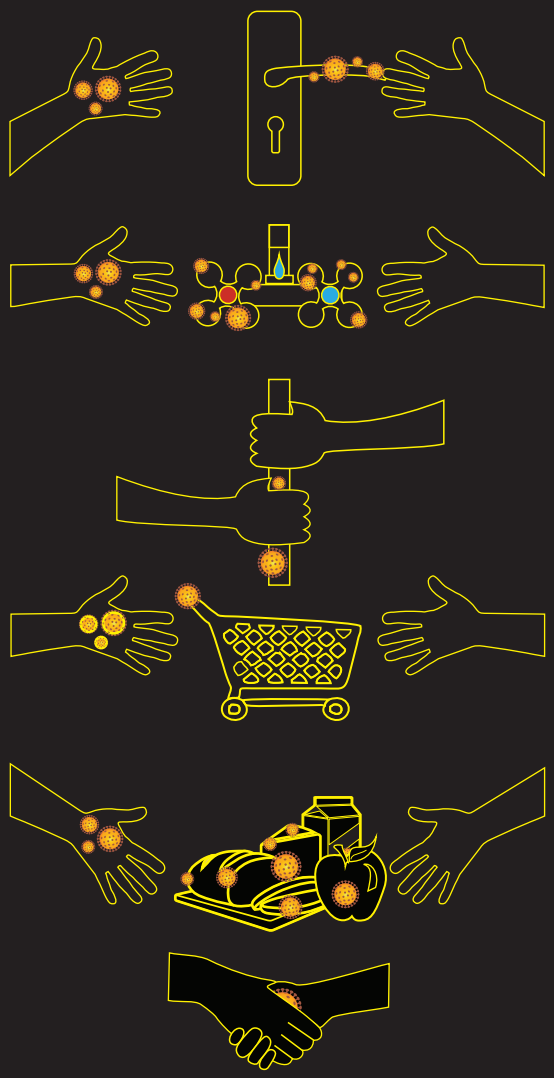
MYTÍM RUKOU A OČKOVÁNÍM

Virová hepatitida A
- **infekční zánět jater vyvolaný virem hepatitidy A**
- **lidově žloutenka, nemoc špinavých rukou**



Jak se hepatitida A přenáší?

Ze stolice do úst. Viry se z rukou nemocného přenesou na předměty, kterých se dotýká.



Kdo je zdrojem nákazy ?

Nemocný člověk vylučující viry stolicí.

O své nemoci nemusí vědět, protože je v inkubační době, která trvá 15 - 50 dní.





Pokud se těchto předmětů dotýká zdravý člověk, může si virus přenést do úst a onemocnět. Záludnost tohoto onemocnění spočívá v jeho snadném přenosu.



Na neumytých rukou virus zůstává.



Proto je důležité si mýt ruce co nejčastěji.

www.hygpraha.cz

Více informací naskenuj QR kód

Příznaky

Infikovaný člověk nemusí mít žádné příznaky, přesto virus hepatitidy A vylučuje stolicí. To se týká zejména dětí, u nichž onemocnění často probíhá bez příznaků, a virus se tak může v dětském kolektivu snadno šířit.

Zpočátku podobné chřipce a nebo běžné viróze:
teplota, nechutenství, nevolnost, pobolívání pod pravým žeberním obloukem, bolesti břicha

Později:
zežloutnutí kůže a bělma očí, ztmavnutí moči, vylučování světlé stolice, svědění kůže



Ochrana



Nechte se proti hepatitidě A **očkovat** a dbejte zvýšené hygieny:

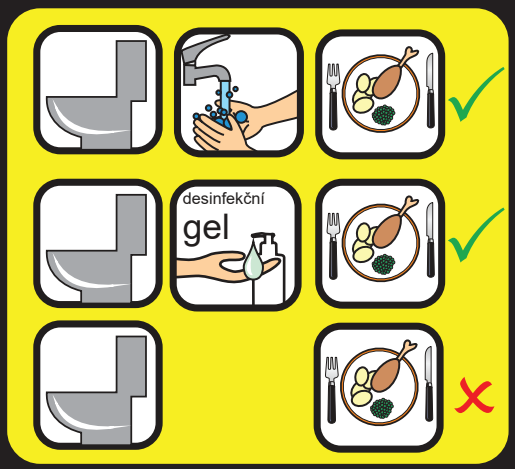
- Často si **myjte ruce**.
- Pokud to není možné, použijte alespoň desinfekční gel nebo ubrousky.

Pokud cestujete do zahraničí:

- K pití a čištění zubů používejte pouze **balenou vodu**.
- Nedávejte si **nápoje s ledem**. Může být připraven z vody, která není chlorovaná.
- Ovoce **řádně omyjte** balenou pitnou vodou. Konzumujte pouze ovoce, které lze oloupat.
- **Syrové mořské plod**y konzumujte pouze, pokud jste očkovaní proti hepatitidě A
- Konzumujte řádně **tepelně upravená jídla**, která prošla varem minimálně **1 minutu**.

Virus hepatitidy A je velmi odolný. Na různých materiálech přežívá velmi dlouho.

Chladem ani mrazem se virus nezničí, naopak se prodlužuje jeho život.





Očkování

Informace o očkování poskytne praktický lékař pro děti a dospělé. Lze očkovat kdykoliv dle aktuálního zdravotního stavu. Očkování proti virové hepatitidě A není součástí pravidelného očkování. Očkování je vhodné pro všechny věkové skupiny. Nechte se očkovat, vakcína je spolehlivá a ochrání vás po celý život.

www.hygpraha.cz

Více informací naskenuj QR kód