**PREVENIREA HEPATITEI VIRALE A**  
  
Hepatita virala A este o boala infectioasa, cu transmitere pe cale digestiva (fecal-orala), incadrata in categoria “boli ale mainilor murdare”. In colectivitati, mai ales in colectivitatile de copii, boala se raspandeste cu usurinta, in cazul nerespectarii normelor de igiena personala si colectiva.

Copiii trebuie sa bea apa doar din surse sigure sau din sticla cu apa (personala), sticlutele nu se imprumuta, spalatul pe maini dupa folosirea toaletei si in toate imprejurarile in care este necesar. Educatia copiilor privind necesitatea spalatului pe maini este o responsabilitate a parintilor, a cadrelor didactice, a personalului medical scolar.

**Hepatita A**  
  
1. Hepatita virala A (HVA) este este o afectiune hepatica care poate degenera in boli grave, daca nu se respecta regulile de protectie pentru ficatul inflamat ca urmare a bolii.  
2. Se raspandeste prin transmiterea pe cale digestiva (fecal-orala).  
3. Boala este strans asociata cu igiena personala precara si salubritatea deficitara (atentie la depozitarea deseurilor menajere!).  
4. Se estimeaza ca in lume apar anual 1,4 milioane cazuri noi de hepatita A.  
5. In tarile cu clima temperata incidenta este de 3-4 ori mai mare toamna si iarna decat primavara si vara. Epidemiile sunt obisnuit intalnite in colectivitati, zone insalubre. Evolutia epidemiologica este, de obicei, lenta cuprinzand zone intinse si dureaza mai multe luni.  
6. Grupurile specifice de risc sunt: copiii din comunitati (crese, gradinite,scoli, institutii de ingrijire); adultii care traiesc in aglomeratii cu sanitatie precara.  
7. Cele mai eficiente metode de prevenire sunt: salubrizarea îmbunatatita, igiena personala riguroasa si un stil de viata sanatos.  
  
**Cauza**: virusul hepatitei virale A  
  
**Factorii favorizanti**:  
- igiena defectuoasa (maini nespalate , obiecte infectate, etc. – “boli ale mainilor murdare”)  
- contactul direct cu persoana infectata  
- folosirea de obiecte contaminate (vesela, pahare etc)  
- apa contaminate, alimente contaminate (risc crescut de infectare)  
- WC-uri publice nedezinfectate corespunzator  
- inotul in bazine insuficient clorinate  
  
**Calea de transmitere**: fecal-orala (digestiva)

**Cum se manifesta boala?**  
- la 14-42 de zile de la contactul infectant  
- disconfort, oboseala, somnolenta  
- pielea se coloreaza in galben (icter)  
- dispare pofta de mancare  
- greata, ameteli, varsaturi, stare de rau general  
- scaunele se decoloreaza (albicioase)  
- urina se coloreaza in rosu-brun (culoarea berii)  
  
**Cum prevenim imbolnavirea?**  
- vaccinare dupa consult la medicul de familie si la recomandarea acestuia  
- spalarea pe maini ori de cate ori este nevoie  
- folosirea de obiecte de igiena personala sau de unica folosinta (pahare, vesela - acestea nu se imprumuta)  
- consumul de apa numai din surse autorizate  
- depozitarea gunoiului in locuri special amenajate  
  
**Ce facem daca, totusi, ne-am imbolnavit?**  
- prezentarea la medicul de familie in vederea stabilirii diagnosticului pentru internare la Spitalul de Boli Infectioase  
- respectarea regimului de viata recomandat (repaus, odihna, alimentatie sanatoasa pentru refacerea ficatului)

Copiii sau adultii bolnavi trebuie sa stea izolati, pentru a evita transmiterea bolii la contacti. De asemenea, organismul infectat este mai sensibil la contactul cu posibile afectiuni ale celor din jur.