**Гепатит C**

Гепатит C — это опасное инфекционное заболевание, вызванное вирусом семейства Hepadnaviridae (гепаднавирусы). Оно провоцирует воспаление печени, в результате которого орган постепенно теряет способность выполнять свои функции: фильтровать кровь, усваивать питательные вещества и бороться с инфекциями.

Помимо вируса гепатита С, у воспаления печени могут быть и другие причины:

* другие вирусы семейства — гепатиты A, B, D, E;
* злоупотребление алкоголем;
* лечение сильнодействующими препаратами;
* некоторые аутоиммунные или генетические заболевания.

Но воспаление, вызванное вирусом гепатита С, считается наиболее опасным: процесс долгое время протекает бессимптомно, поэтому своевременно диагностировать его получается не всегда. При этом до 80% всех случаев заболевания переходят в хроническую стадию и приводят к необратимым последствиям.

**Пути передачи гепатита C. Как можно заразиться**

Вирус гепатита С передаётся с кровью: чтобы заразиться, достаточно даже очень малого, незаметного глазу количества. В организм здорового человека вирус может попасть через раны и микротрещины на коже и слизистых оболочках. Заразны все люди, инфицированные гепатитом С, — даже те, у кого нет симптомов. Если человек однажды переболел гепатитом С, он может заразиться снова.

**Пути заражения:**

* Самая частая причина инфицирования — употребление инъекционных наркотиков.
* Заразиться можно у стоматолога, косметолога или тату-мастера, если они недостаточно тщательно стерилизовали инструменты.
* Заражённые гепатитом С матери могут передать вирус младенцу во время родов (это происходит примерно в 6 случаях из 100).
* В быту можно заразиться гепатитом С, если делить с инфицированным бритву, зубную щётку или маникюрные принадлежности. Общей посудой с заражённым пользоваться можно, так же как и обниматься, целоваться, держаться за руки. Если человек с гепатитом С кашляет или чихает, он не опасен для окружающих. Заражение маловероятно при защищённых половых контактах.
* Кормление грудью считается относительно безопасным: заражение возможно только при образовании трещин на сосках.

**Симптомы гепатита С**

**Острая форма**

У большинства заражённых острая форма гепатита С развивается незаметно: они не чувствуют недомогания и могут даже не подозревать о заболевании печени. Если вирусная инфекция сопровождается симптомами, они могут появиться уже на 2-ю неделю после заражения, но иногда инкубационный период длится до 6 месяцев.

**Симптомы острой формы гепатита С**:

* повышение температуры,
* утомляемость,
* потеря аппетита,
* тошнота,
* рвота,
* боль в животе,
* потемнение мочи,
* осветление стула,
* боль в суставах,
* желтушность кожи,
* красная зудящая сыпь.

**При вирусном гепатите могут развиваться разные виды сыпи**:

* макулопапулёзная сыпь — красные пятна с отдельными пузырьками;
* кореподобная сыпь — множество отдельных красных точек или волдырей;
* петехии — многочисленные мелкие красные точки.







**Хроническая форма**

Хронический вирусный гепатит С может десятилетиями не иметь выраженных симптомов. В некоторых случаях человек может отмечать усталость и депрессию. Как правило, о заболевании узнают, когда сдают анализы перед хирургическими манипуляциями или чтобы стать донором крови. Также врач может предположить гепатит С по отклонениям в анализах во время диспансеризации.

Когда симптомы болезни печени появляются, это, как правило, говорит о значительных повреждениях, которые не поддаются лечению.

**Патогенез. Как развивается гепатит C**

Попадая в организм, вирус гепатита С размножается преимущественно в клетках печени. Вирус постоянно мутирует, поэтому легко ускользает от иммунных механизмов организма. По этой же причине заболевание часто переходит в хроническую форму.

Инкубационный период гепатита С может длиться от 2 недель до 6 месяцев: столько времени после заражения требуется для развития патологических процессов.

Некоторые пациенты полностью излечиваются от гепатита С, известны случаи, когда гепатит С проходил самостоятельно, без лечения. Но более чем 50% заражений переходят в хроническую форму и могут угрожать здоровью и жизни пациента.

На фоне хронической формы гепатита С печень постепенно разрушается. Этот процесс может занять десятилетия и в результате привести к циррозу или раку печени, печёночной недостаточности и смерти.

**Классификация гепатита C**

Гепатит С классифицируют по форме течения, стадии поражения печени.

**По форме**:

* Острый. Острая форма гепатита С возникает в течение 6 месяцев после встречи с инфекцией. Она может протекать как кратковременное заболевание, но в большом числе случаев переходит в хроническую форму.
* Хронический. Хроническая форма гепатита С может длиться всю жизнь при отсутствии лечения. Хроническая форма может быть в латентной стадии или стадии реактивации.

**По стадии поражения печени**:

* отсутствуют повреждения тканей печени (фиброз);
* лёгкая форма фиброза, без рубцовых стенок;
* лёгкая или умеренная форма фиброза с образованием рубцовых стенок;
* мостовидный цирроз (рубцевание распространилось на разные области печени);
* повсеместное рубцевание, цирроз печени.

**Осложнения гепатита С**

Хроническая форма гепатита С приводит к повреждениям печени разной степени тяжести, а в финальной стадии может вызывать злокачественную трансформацию клеток (рак печени).

В некоторых случаях хроническая форма гепатита С может спровоцировать заболевания, не связанные напрямую с печенью: двустороннее поражение почек, системное поражение кровеносных сосудов, болезни кожи и отдельные формы рака лимфатической системы.

**Диагностика гепатита C**

Так как гепатит С часто протекает бессимптомно, важно сдавать анализы, чтобы вовремя приступить к лечению. Анализ на гепатит С рекомендуют сдавать хотя бы раз в жизни. А при определённых условиях — проверяться регулярно.

**Показания к анализу на гепатит С**:

* беременность;
* приём инъекционных наркотиков разово, даже если это было давно;
* отклонения в работе почек (симптоматические или по анализам);
* переливание донорской крови или пересадка органов;
* контакт с кровью больного гепатитом С;
* сомнения в стерильности инструментов косметолога, стоматолога или тату-мастера;
* гепатит С у членов семьи;
* ВИЧ.

**Показания к регулярной сдаче анализа на гепатит С**:

* лечение гемодиализом (внепочечное очищение крови при заболеваниях почек);
* приём инъекционных наркотиков;
* контакты с кровью других людей (актуально для медицинских работников, сотрудников тату-салонов).

## Виды анализов на гепатит С

Диагностика гепатита С проходит в несколько этапов: чтобы исключить заражение, назначают сравнительно недорогое исследование — анализ на антитела. Если он показал положительный результат, понадобится ПЦР-тест на РНК вируса гепатита С, чтобы узнать, болен ли человек в данный момент.

**Тест на антитела к гепатиту С** используют, чтобы понять, было ли заражение вирусом. Антитела к белку, который который образуется в организме при заражении, остаются в организме навсегда, даже если человек полностью выздоровел. Поэтому при положительном результате требуется дальнейшее обследование.

**ПЦР-тест на РНК вируса гепатита С** назначают при положительном анализе на антитела. Он позволяет выяснить, активно ли заболевание в настоящее время.

* Отрицательный результат означает, что заражение гепатитом С было в прошлом, но организм справился с инфекцией.
* Положительный результат говорит о том, что вирус активен, а человек заразен для окружающих.

При подозрении на инфицирование, например после опасного контакта с заражённым человеком, рекомендуется сдавать ПЦР-тест: сделать это можно уже через 1–2 недели после предполагаемого заражения, тогда как анализы на антитела имеет смысл сдавать не ранее чем через 2–3 месяца.

## Лечение гепатита С

Без своевременного лечения хроническая форма вирусного гепатита С приводит к опасным для жизни состояниям.

Лечение рекомендуется начать сразу, как только анализы показали положительный результат. Исключение — гепатит С при беременности и у детей до 3 лет.

В качестве лечения назначают комбинацию из противовирусных препаратов. Вместе с приёмом препаратов рекомендуется пройти вакцинацию от гепатита А и B и поддерживать организм здоровым питанием и физическими нагрузками.

**Диета и образ жизни при гепатите С**

При гепатите С важно поддерживать здоровый образ жизни — придерживаться правильного питания, давать телу посильную физическую нагрузку. Алкоголь ускоряет процесс разрушения печени, поэтому его рекомендуется исключить.

**Особенности жизни при гепатите С:**

* Отказ от алкоголя позволит не провоцировать деструктивные процессы в печени.
* Здоровый рацион поможет снять нагрузку с пищеварительной системы.
* Физическая активность, особенно людям с избыточным весом, необходима, чтобы не допускать ожирения внутренних органов.
* Консультация с врачом при приёме любых лекарств, витаминных добавок и препаратов растительного происхождения убережёт от дополнительной нагрузки на печень.

Лечение при гепатите С может назначать гастроэнтеролог-гепатолог или инфекционист.

## Прогноз при гепатите C

В большинстве случаев гепатит С можно вылечить. Если начать терапию вовремя, 9 из 10 пациентов полностью излечиваются от вируса гепатита С за несколько месяцев.

**Профилактика гепатита C**

Вакцины против гепатита С пока не существует, потому что вирус быстро мутирует и имеет очень большое количество генотипов.

**Как защитить себя от инфекции**:

* выбирать медицинские организации, косметические и тату-салоны, в которых тщательно стерилизуют инструменты;
* не использовать многоразовые иглы (например, для введения медицинских препаратов или измерения уровня сахара в крови);
* не делить с другими людьми предметы личной гигиены — бритвы, расчёски, зубные щётки, маникюрные принадлежности.