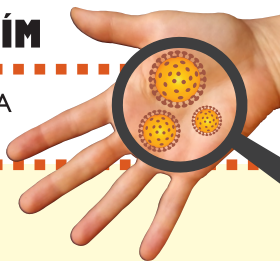


# Jak se chránit proti hepatitidě A ?

## MYTÍM RUKOU A OČKOVÁNÍM

Virová hepatitida typu A = infekční zánět jater vyvolaný virem hepatitidy A  
= lidově žloutenka, nemoc špinavých rukou



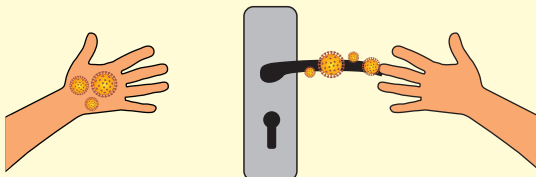
### Jak se hepatitida A přenáší ?

Ze stolice do úst.

Viry se z rukou nemocného přenesou na předměty, kterých se dotýká.

### Kdo je zdrojem nákazy?

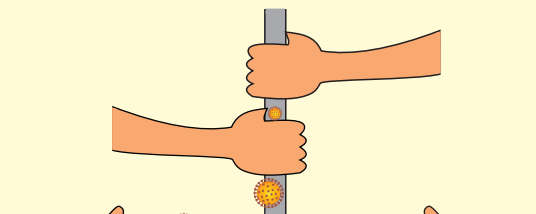
Nemocný člověk vylučující viry stolicí.



Pokud se těchto předmětů dotýká zdravý člověk, může si virus přenést do úst a onemocnět.



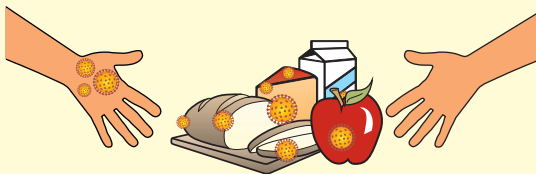
O své nemoci nemusí vědět, protože je v inkubační době, která trvá 15 - 50 dní.



Záludnost tohoto onemocnění spočívá v jeho snadném přenosu.

Na neumytých rukou virus zůstává.

Proto je důležité si mýt ruce co nejčastěji.



Infikovaný člověk nemusí mít žádné příznaky, přesto virus hepatitidy A vylučuje stolicí. V důsledku nízké hygieny rukou se virus šíří také mezi injekčními uživateli drog nebo při análně orálním sexu.

## PŘÍZNAKY

zpočátku podobné chřipce:

teplota, nechutenství, nevolnost, pobolívání pod pravým žeberním obloukem, bolesti břicha



později:

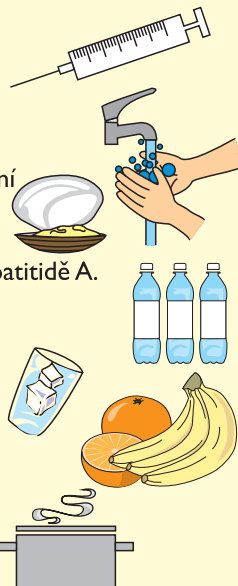
zežloutnutí kůže a bělma očí, ztmavnutí moči, vylučování světlé stolice, svědění kůže



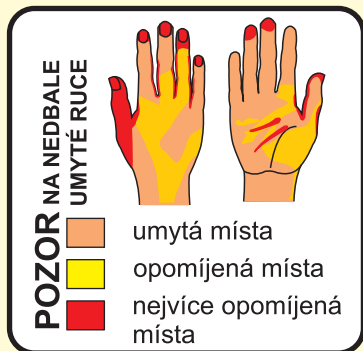
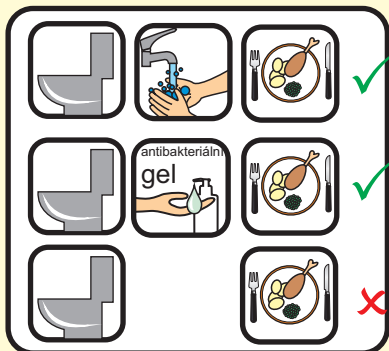
## OCHRANA

Pokud cestujete do zahraničí, kde je zvýšený výskyt hepatitidy A, nechte se proti ní **očkovat** a dbejte zvýšené hygieny:

- často si **myjte ruce**. Pokud to není možné, použijte alespoň antibakteriální gel nebo ubrousky.
- **syrové mořské plody** konzumujte pouze, pokud jste očkovaní proti hepatitidě A.
- 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.
- konzumujte řádně **tepelně upravená jídla**, která prošla varem minimálně **1 minutu**.



**Chladem ani mrazem se virus nezničí, naopak se prodlužuje jeho život!!!**



## OČKOVÁNÍ

Informace o očkování poskytnete praktický lékař pro děti a dospělé. Lze očkovat kdykoliv dle aktuálního zdravotního stavu. Očkování proti virové hepatitidě A není součástí pravidelného očkování. O cenách jednotlivých vakcín je třeba se informovat u praktického lékaře nebo ve specializovaném centru. Většina zdravotních pojišťoven na očkování přispívá.