



Гепатит С и здоровье ЛГБТК+

СОВЕТЫ ДЛЯ ПОСТАВЩИКОВ СОЦИАЛЬНЫХ И МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ

ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ С?



Гепатит С — серьезное, но поддающееся лечению заболевание печени. Без лечения гепатит С может перерасти в хроническую инфекцию и вызвать серьезные проблемы со здоровьем, включая поражение печени, цирроз (рубцы на печени), рак печени и даже смерть. Часто симптомы не проявляются, поэтому единственный способ узнать, не заразились ли вы, — сдать анализ. Вакцины от гепатита С не существует, но есть лекарства, благодаря которым можно выздороветь всего за 8 недель.

КАК ПЕРЕДАЕТСЯ ГЕПАТИТ С?



Гепатит С передается, когда кровь больного контактирует с кровью другого человека. Чаще всего гепатит С передается при совместном использовании шприцев и принадлежностей (емкостей для нагрева, флаконов, ватных дисков, воды и т. д.), используемых для инъекций силикона, наркотиков, гормонов или витаминов. Гепатит С может передаваться через общие приспособления для курения или вдыхания наркотиков, включая соломинки, свернутые купюры и стеклянные трубки. Кроме того, гепатит С может передаваться через оборудование для татуирования или пирсинга в нелегализованных салонах. Вирус может выживать на поверхностях и предметах в течение многих недель.

КТО МОЖЕТ ЗАРАЗИТЬСЯ ГЕПАТИТОМ С?



Представители сообщества ЛГБТК+ не являются более уязвимыми для гепатита С, чем кто-либо другой. Определенные действия, совершаемые небезопасным образом, могут подвергнуть риску заражения любого человека вне зависимости от его сексуальной ориентации и гендера. У людей с ВИЧ или с ослабленной иммунной системой организм хуже сопротивляется инфекциям, что повышает риск заражения гепатитом С.

МОЖНО ЛИ ЗАРАЗИТЬСЯ ГЕПАТИТОМ С ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОГО АКТА?



Передача гепатита С половым путем — сложная тема, и мы продолжаем получать новую информацию. Гепатит С может передаваться во время полового акта, при котором может возникнуть контакт с кровью (например, при половом акте без презерватива, фистинге, использовании общих секс-игрушек и приспособлений, таких как плети и зарядные устройства). Однако такое происходит нечасто. При наличии заболевания, передающегося половым путем (ЗППП), половых актах с несколькими партнерами и анальном сексе риск заражения гепатитом С повышается.

ИСТОЧНИКИ

Материалы от Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Центры по контролю и профилактике заболеваний):

- [Гепатит С: общая информация](#)
- [Гепатит С: чего ждать при сдаче анализа](#)
- [Viral Hepatitis – Information for Gay and Bisexual Men](#)
- [Гепатит С и употребление инъекционных наркотиков](#)
- [Сдача анализа на гепатит С во время каждой беременности](#)
- [Грудное вскармливание младенцев при наличии гепатита С](#)
- [Подробнее о гепатите: в CDC рекомендуют сдать анализ на гепатит С каждому взрослому](#)

Материалы от организации Howard Brown Health:

- [Hormone Injection Instructions](#)

Материалы от Department of Health

(Департамент здравоохранения) штата Вашингтон:

- [Программы обмена шприцев в штате Вашингтон](#)

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ЭТИМИ СОВЕТАМИ, чтобы помогать людям больше узнать о гепатите С и предотвращать его распространение.

Анализы на гепатит С:

- Каждому хотя бы раз в жизни нужно сдать анализ на гепатит С.
- Людям с ВИЧ, принимающим препараты для доконтактной профилактики ВИЧ, и тем, кто употребляет инъекционные вещества, рекомендуется сдавать анализ ежегодно.
- Зная о наличии в организме гепатита С, можно обратиться за лечением и предотвратить его передачу другим людям.
- Рекомендуйте людям с положительным результатом анализа на гепатит С обратиться к врачу, медсестре или практикующему медицинскому специалисту, чтобы обсудить варианты лечения. Гепатит С можно вылечить, а лекарства становятся все лучше! Практически все, включая людей с ВИЧ, могут справиться с гепатитом С за 8–12 недель благодаря приему пероральных препаратов с минимальными побочными эффектами. Каждый имеет право на лечение и выздоровление.

Снижение риска передачи гепатита С половым путем

- Напоминайте людям с осторожностью относиться к сексуальным практикам, которые могут привести к контакту с кровью (например, анальный секс и фистинг), и выбирать более безопасные практики. Рекомендуйте надевать латексные или полиуретановые презервативы или перчатки, а также менять их при каждой смене партнера. Перед практикой фистинга следует проверять руки на наличие порезов и кровоточащих кутикул.
- Рекомендуйте избегать совместного использования секс-игрушек и других приспособлений во время полового акта, надевать на них презервативы или тщательно мыть перед использованием с другим партнером.

Сдача анализов на ЗППП каждые 3–6 месяцев

- Язвы и бородавки, вызванные ЗППП (включая сифилис, анальные и генитальные бородавки, герпес), могут стать точками проникновения гепатита С. Побуждайте людей с положительным результатом анализа на ЗППП пройти лечение и дождаться заживления язв, прежде чем возобновлять половую активность.

Снижение риска передачи гепатита С при инъекциях

- Рекомендуйте людям, вводящим инъекционные гормоны, силикон, наркотические вещества или

витамины, избегать совместного использования принадлежностей и получать новые приспособления в местной аптеке или программе обмена шприцев.

- Рекомендуйте тем, кто вдыхает или курит наркотические вещества, избегать совместного использования соломинок, банкнот и трубок, так как на этих предметах может оставаться кровь.
- Рекомендуйте обращаться за услугами татуирования, пирсинга, боди-арта и косметическими процедурами с постоянным эффектом только в салоны, получившие лицензию от Department of Licensing (Департамент лицензирования) штата Вашингтон.

Люди с гепатитом С

- Рекомендуйте им избегать алкоголя или ограничить количество выпиваемого. Употребление алкоголя увеличивает нагрузку на печень, что повышает риск ее поражения.
- Напоминайте о необходимости консультироваться с врачом по поводу всех принимаемых лекарств и травяных средств.
- Рекомендуйте вакцинироваться от гепатита А и В. Наличие гепатита С и другого типа гепатита может повлечь за собой серьезные проблемы со здоровьем.
- Людям с гепатитом С следует следить за массой тела, придерживаться диеты и регулярно упражняться, чтобы укреплять общее состояние здоровья.

Предотвращение повторного заражения гепатитом С

- Лучший способ предотвратить повторное заражение — избегать контакта с зараженной вирусом кровью.
- Рекомендуйте тем, кто вводит различные инъекционные вещества, не использовать общие иглы, шприцы и другие приспособления для инъекций наркотических веществ, силикона, гормонов или витаминов. За чистыми иглами и приспособлениями можно обращаться в программы обмена шприцев.
- Рекомендуйте пользоваться презервативами или другими барьерными контрацептивами во время половых актов, а также проверять наличие язв и бородавок перед актом.
- Рекомендуйте регулярно сдавать анализ на гепатит С. После заражения у человека навсегда сохраняются антитела к гепатиту С — ответ организма на вирус. Это следы, показывающие, что вирус попадал в организм. Поэтому в будущем нужно будет сдавать анализ, который выявляет сам вирус (ПЦР-тест, или анализ на выявление РНК), чтобы выяснить, есть ли гепатит С в организме именно сейчас.