,

**Классный час**

**ЧТО ТАКОЕ ГЕПАТИТ**

****

 ,

**Конспект классного часа на тему «Гепатит А»**

**Цель:** использование педагогических технологий и методических приёмов для демонстрации учащимся значимости их физического и психического здоровья.

**Задачи:**

* **1. Воспитательные:**
* 1.1. Способствовать воспитанию культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья
* 1.2. Воспитать негативное отношение к вредным привычкам
* 1.3. Способствовать формированию готовности к коммуникации, воспитанию культуры общения и поведения
* **2. Развивающие:**
* 2.1. Сформировать привычку правильно питаться и соблюдать гигиену
* **3. Образовательные:**
* 3.1. Познакомить студентов с принципами здорового образа жизни
* 3.2. Ознакомить с формой гепатита А и его опасностью
* 3.2. Профилактика заболевания

**Оборудование:** компьютер, мультимедийное устройство (демонстрация презентации).

**Технологии используемые в классном часе.**

1. Здоровьесбережения

2. ИКТ

**Структура классного часа.**

1. Организационный момент
2. Введение
3. Информация про гепатит А
4. Профилактика заболевания
5. Организационное окончание классного часа.

**Ход классного часа.**

1. **Организационный момент.** Традиционное приветствие студентами педагога.

2. **Введение.**

 - Сейчас наблюдается вспышка гепатита в г. Перми и чтоб, предостеречь вас и ваших близких, решено провести классный час на тему «Гепатит А»

- Скажите, что вы знайте или слышали о гепатите? (ответы студентов)

3.      **Информация про гепатит и его формы.**

Это заболевание обычно проявляется симптомами, характерными для гриппа: усталость, головная боль, потеря аппетита, тошнота или рвота, повышение температуры до 38.8 С. При ухудшении состояния может появиться желтуха (кожа, а также белки глаз становятся желтого оттенка), моча коричневого цвета, бесцветный кал, боль и сдавленность под ребрами справа. Но иногда бывают случаи, когда болезнь протекает бессимптомно.

**Гепатит А.** Возбудителем является РНК-вирус, заболевание передается через воду, продукты питания, бытовые предметы. Источники инфекции – больные гепатитом А. Различают три формы, разделенные по силе проявлений болезни:

Острая форма – с желтухой (означает серьезные повреждения печени).

Подострая – без желтухи (более легкий вариант болезни)

Субклиническая – симптомы могут полностью отсутствовать, в то же время, больной способен стать источником вируса, и заразить других людей.

- **Как определить болезнь Гепатит?**

Диагностика гепатита и точное установление вида заболевания проводится на основании данных следующих исследований:

* Лабораторное исследование крови на антитела к вирусам гепатита. В некоторых случаях его нужно проводить 2 раза, так как результаты могут быть ложноположительными или ложноотрицательными. Кроме этого, проводится анализ крови на т.н. печеночные пробы – показатели деятельности печени.
* ПЦР (полимеразная цепная реакция) – проводится для определения вируса в крови и его чувствительности к лекарствам.

На основании результатов делается вывод о групповой принадлежности вируса, и назначается наиболее подходящее лечение.

**- Как лечится гепатит?**

Лечение гепатитов – многокомпонентное. В его состав входит:

* Терапия противовирусными препаратами, направленная на уничтожение конкретного возбудителя. Чувствительность вируса к лекарствам определяется во время диагностики. В большинстве случаев применяют специфические интерфероны.
* Защитная или гепатопротекторная – направленная на защиту клеток печени от повреждений вирусом и противовирусными средствами, которые также, могут разрушать гепатоциты.
* Общеукрепляющая, направленная на мобилизацию сил организма, включает в себя витаминотерапию и укрепляющую иммунную систему средства.

**Профилактика от гепатита А.**

 Тщательно мойте руки с мылом под проточной водой после туалета, а также перед готовкой и употреблением пищи. Это является самой важной мерой в предотвращении заражения гепатитом А. Если вы путешествуете в районы, где распространен гепатит А, и нет никакой санитарии, кипятите воду, очищайте овощи и фрукты перед употреблением внутрь. Нужно быть осторожным в приготовлении моллюсков, особенно если у вас уже есть хроническая форма заболевания печени. Пейте воду только из разрешенных источников.

 Сообщите врачу, если кто-то в вашей семье болеет гепатитом А. Пройдите вакцинацию, если вы находитесь в зоне высокого риска заражения или планируете поездку в страну с широким распространением гепатита А.

## ​4. Что такое воспаление печени?

Воспаление печени, называемое также "гепатит" или "желтуха" - это заболевание, вызывающее ухудшение  функций печени. Печень - жизненно важный орган, который обрабатывает множество веществ, фильтрует кровь и борется с патогенами. Когда печень воспалена или повреждена, ее работа нарушается и возникает заболевание, симптомами которого являются желтушность кожи и глаз, повышенная температура, общее недомогание, усталость, потеря аппетита, боли в животе, темная моча и бледный стул. Интенсивность болезни зависит от многих факторов, заболевание может усложниться и перейти в хроническую форму.

Употребление алкоголя, токсины, определенные лекарственные препараты и некоторые заболевания могут вызвать воспаление печени. Но чаще всего оно вызывается вирусами. Наиболее распространенные вирусы, вызывающие болезнь печени – вирусы гепатита В и гепатита С.

## Что представляет собой вирусный гепатит типа В (Гепатит B)?

Гепатит B  - это инфекционное заболевание печени, вызванное вирусом гепатита типа B. Острая (активная) стадия гепатита В развивается в течение первых 6 месяцев после заражения вирусной инфекцией и может протекать как в очень легкой форме, практически бессимптомно, так и в тяжелой вплоть до госпитализации. Организм человека способен победить вирус, и он исчезает. В некоторых случаях вирус остается на всю жизнь и переходит в хроническую форму ("вирусоносители"). Хроническая форма инфицирования также может вызвать серьезные проблемы со здоровьем.

## Каковы симптомы острого гепатита B?

Острое воспаление печени не всегда сопровождается выраженными  симптомами. У детей младшего возраста не часто обнаруживаются признаки болезни, а у более взрослых симптомы проявляются в течение 3 месяцев с момента заражения. Симптомы могут быть выраженными от нескольких недель до нескольких месяцев и проявляются в виде высокой температуры, усталости, отсутствия аппетита, тошноты и рвоты, болей в животе, бледного стула, темной мочи, болей в суставах и желтушности кожи и глаз.

## Каковы симптомы хронического гепатита В?

У инфицированных вирусом гепатита В в 5%-10% заболевание переходит в хроническую форму («вирусоносители»). При этом часто болезнь протекает бессимптомно и они не знают, что являются носителями вируса. Несмотря на отсутствие симптомов, вирус обнаруживается в крови. Клинические симптомы хронического гепатита B могут проявиться и через 30 лет после инфицирования, в течение которых происходило повреждение печени. В этом случае проявление заболевания схоже с симптомами острого гепатита, и обычно указывают на прогрессирующее заболевание печени. Со временем у 15%-25% больных хроническим гепатитом B развиваются серьезные проблемы, такие как повреждение печени, цирроз, печеночная недостаточность и рак печени. Каждый год более 600 000 человек в мире умирают от различных стадий заболевания печени, вызванных вирусом гепатита B.

## Как происходит инфицирование вирусным гепатитом В?

Риск вирусного заражения существует при проникновении крови, спермы или других жидкостей организма вирусоносителя или больного к другому человеку. Заражение может произойти в результате полового акта с инфицированным или при использовании общих игл, шприцов или любых других средств для инъекций.

Вирусный гепатит В может передаваться от матери к новорожденному во время родов.

## Каким образом можно диагностировать вирусный гепатит В?

Диагностировать вирусный гепатит B возможно только с помощью специального анализа крови. Рекомендуется проверка следующим группам населения:

* Лицам, имевшим половой контакт с вирусоносителем.
* Лицам, имевшим половой контакт с несколькими партнерами.
* Лицам, имеющим венерические заболевания.
* Мужчинам, имеющим половой контакт с другими мужчинами.
* Лицам, использующим общие шприцы, иглы и другие средства для инъекций.
* Лицам, проживающим с носителями гепатита В.
* Лицам, имеющим контакт с кровью в рамках работы (например, медицинский персонал, аварийно-спасательные команды, полицейские).
* Детям, рожденным от инфицированных матерей.

## Есть ли лечение против гепатита В?

Во время острой стадии заболевания врачи обычно рекомендуют отдых, достаточное правильное питание, обильное питье и медицинское наблюдение. В некоторых случаях требуется госпитализация. Лица с хронической  формой заболевания ("носители") должны регулярно наблюдаться у врача, так как,  даже при отсутствии симптомов может происходить повреждение печени. Для пациентов с высокой концентрацией вируса, "вирусной нагрузкой", существуют высоко - эффективные лекарства, которые могут обратить циррозное состояние печени в не циррозное и предотвратить рак.

## Можно ли предотвратить инфицирование вирусным гепатитом B?

Конечно можно! Лучший способ борьбы с вирусным гепатитом В - это вакцинация. В Израиле прививки против гепатита В проводятся с 1992 года, что привело к значительному сокращению количества инфицированных. Вакцинация проводится в течение первого полугода жизни младенца и включает в себя три инъекции. Прививка является  эффективным средством для защиты организма от инфекции.

## Что представляет собой вирусный гепатит типа C (Гепатит C)?

Гепатит С  - это инфекционное заболевание печени, вызванное вирусом гепатита С. Острая (активная) стадия гепатита С развивается в течение нескольких месяцев после заражения вирусной инфекцией и может протекать как в очень легкой форме, практически бессимптомно, так и в тяжелой вплоть до госпитализации. По неизвестным причинам примерно у 20% инфицированных вирус может исчезнуть в течение 6 месяцев после заражения без какого-либо лечения.

Вместе с тем, к сожалению, в большинстве случаев (около 80%) вирус остается на всю жизнь и переходит в хроническую форму ("вирусоносители"). При этом у 20-30% вирусоносителей может развиться цирроз - заболевание печени, при котором происходит гибель ткани печени и постепенная замена ее на фиброзную (рубцовую) ткань (процесс фиброза). Примерно у половины пациентов с циррозом многократные рубцы могут привести к печеночной недостаточности и необходимости трансплантации печени, в небольшом проценте случаев это может привести к развитию рака печени.

## Каковы симптомы вирусного гепатита С?

У многих инфицированных вирусом гепатита С болезнь протекает бессимптомно и они не знают, что заражены вирусом. Но если симптомы все же возникают, то проявляются в виде высокой температуры, усталости, отсутствия аппетита, тошноты, рвоты, болей в животе, бледного стула, темной мочи, болей в суставах и желтушности кожи и глаз.

При острой инфекции симптомы могут проявиться в любое время, от двух недель до шести месяцев с момента заражения. Хроническое заболевание может развиваться в течение десятилетий, и при этом возникновение симптомов часто указывает на прогрессирующее заболевание печени.

## Как происходит инфицирование вирусным гепатитом C?

Инфицирование вирусом гепатита С происходит при попадании крови инфицированного в тело не зараженного человека. Большинство случаев заражения происходят среди наркоманов, в результате совместного использования игл, шприцев или любого другого инъекционного оборудования. До 90-х годов, до того, как кровь и продукты крови стали проверять на гепатит С, инфицирование могло произойти при переливании крови или трансплантацию органов.

Половым путем гепатит С передается редко, но такое заражение возможно. Риск заражения увеличивается при наличии заболеваний, передающихся половым путем, включая ВИЧ, или секса с многочисленными партнерами. Заражение может также произойти в результате использования не стерильного оборудования для татуировок и пирсинга. Кроме того, около 6% детей, рожденных от инфицированных матерей, также могут быть заражены.

Существует определенное количество людей, которые не знают, как и когда они были инфицированы. В Израиле выявляется высокая распространенность вируса среди репатриантов из бывшего Советского Союза.

## Как можно узнать, есть ли у меня вирус гепатита С?

Чтобы узнать, есть ли вирус гепатита С, следует сдать анализ крови на наличие антител. Организм вырабатывает антитела против вируса гепатита С, которые остаются в крови навсегда, даже после излечения от вируса. Положительный тест на антитела означает, что инфицирование вирусом гепатита С было в определенный момент, но это не обязательно означает, что человек болен. Для выяснения этого  производится дополнительная проверка, так называемый тест RNA, который определяет, находится ли вирус в активной стадии заболевания.

## Кто должен быть протестирован на наличие вируса гепатита С?

Пройти тест на наличие вируса гепатита С рекомендуется следующим группам населения:

* Лицам, прошедшим переливание крови или пересадку органов до 1992 года
* Лицам, коловшим наркотики, - даже если это было только один раз в жизни и даже если это происходило много лет назад
* Лицам, имеющим определенные  заболевания, такие как хронические заболевания печени, ВИЧ или СПИД
* Лицам, чей анализ крови выявил нарушение функций печени или заболевание печени
* Лицам, имеющие контакт с кровью инфицированного гепатитом С
* Рожденным от инфицированной гепатитом С матери
* Министерство здравоохранения ведет работу над определением дополнительных групп населения, которым будет рекомендовано тестирование. Рекомендации будут опубликованы после окончания обсуждений на профессиональных комиссиях.

## Существует ли лечение против гепатита С?

Лечение существует! В последнее время вошло в употребление множество новых препаратов – безопасных, эффективных, действующих в течение короткого промежутка времени и сопровождающихся  небольшим  количеством побочных эффектов. Стратегия лечения определяется в зависимости от тяжести и характера заболевания, поэтому есть необходимость назначения врачом-специалистом.

## Можно ли предотвратить инфицирование вирусным гепатитом С?

Хотя на сегодняшний день не существует вакцины против вируса гепатита С, существуют способы снижения риска заражения:

* Не использовать общие шприцы, иглы и другие средства для инъекций
* Не использовать общие личные вещи, которые могут вступать в контакт с кровью инфицированного, - такие как бритвенные лезвия, кусачки для ногтей, зубная щетка или прибор для измерения уровня сахара в крови
* Не делать татуировки или пирсинг в местах, где нет соблюдения строгой стерильности.

**6.Организационное окончание классного часа.**

- Ребята, остались ли у вас какие-нибудь вопросы по данной теме?

(Студенты задают вопросы.)

После всех вопросов педагог прощается и благодарит за внимание.

- Спасибо за внимание, берегите свое здоровье!