

## Роспотребнадзор предупреждает: профилактика паразитарных заболеваний в дачный сезон



Проблема паразитарных заболеваний (**гельминтозов**) касается всех, особенно летом, когда наступает сезон огородов и дачных участков.

Также риску заражения подвержены любители сырого мяса, «мяса с кровью», сырой рыбы. Некоторые, в процессе приготовления пробуют сырой фарш на вкус для того, чтобы определить достаточно ли соли они добавили.

**Гельминтозы**, заражение которыми происходит через почву и плодоовощные культуры принято называть геогельминтозами и к ним относятся: аскаридоз, трихоцефалез, токсокароз, стронгилоидоз.

Геогельминты (англ. *geohelminths*) - гельминты, жизненный цикл которых осуществляется прямым путём, без промежуточных хозяев, яйца которых созревают во внешней среде (почве), а заражение происходит при проглатывании инвазионных яиц или при попадании в организм инвазионных личинок, не только алиментарным путем, но и через кожу.

Геогельминтозы характеризуются летне-осенний подъёмом уровня заболеваемости, который объясняется благоприятными условиями развития и созревания яиц во внешней среде, более частым контактом с почвой, большим употреблением фруктов, овощей и ягод.

Яйца геогельминтов попадают на почву с испражнениями больного человека или животного, созревают в ней за 10 - 45 дней в зависимости от погодных условий и в таком виде сохраняют жизнеспособность на протяжении многих лет. Для сведения: 1 самка аскариды выделяет в сутки до 250 тысяч яиц. А каждое яйцо - это «зародыш» гельминта. Заражение человека происходит при попадании созревших яиц в желудочно-кишечный тракт вместе с зеленью, овощами, фруктами, ягодами, загрязненной почвой. Зачастую выясняется, что время заражения совпадает как раз с периодом созревания плодоовощных культур, для удобрения которых используют содержимое выгребных ям. Человек может заразиться и во время обработки сырых овощей, работ на садовом участке, а дети - во время игры в песочнице.

Хотелось бы напомнить об основных симптомах при заболевании геогельминтозами. Для аскаридоза и токсокароза характерна миграционная фаза личинок. Этот период продолжается при аскаридозе до 2-х недель, при токсокарозе - до 10 лет с поражением тех органов, в которых «оседают» личинки. Характеризуется эта фаза чаще всего токсико - аллергическими явлениями такими, как кожный зуд, крапивница, насморк, кашель,

высокая эозинофилия и др. Попад в просвет кишечника, гельминты (аскарида, власоглав, стронгилоид) выделяют продукты своей жизнедеятельности, которые всасываясь в кровь, вызывают нарушения функции ЦНС (быстрая утомляемость, слабость, головокружение), органов пищеварения (тошнота, рвота, боль в животе, метеоризм, запоры или послабление стула, нарушение аппетита). При аскаридозе может возникнуть такое осложнение, как кишечная непроходимость, из-за закупорки просвета кишечника клубком аскарид. При интенсивной инвазии власоглавами, которые поглощают кровь хозяина и массово повреждают мелкие сосуды, у больного может развиться анемия. Перечень симптомов можно продолжать. Но уже при появлении основных, вышеуказанных симптомов, необходимо обратиться к врачу для установления более точного диагноза, назначения медикаментозного лечения, а также в целях избежания осложнений (прободение кишечной стенки, абсцесса печени, аппендицита, панкреатита, перитонита, анемии и др.). Как видим, заболевания геогельминтозами не столь безобидны для организма человека, особенно ребенка!

#### **Основные правила профилактики геогельминтозов (в дачный период):**

1. Соблюдение правил личной гигиены. Нужно мыть руки с мылом перед едой, после каждого посещения туалета, после общения с собаками и кошками и вообще после каждого загрязнения. Каждый член семьи должен иметь собственные предметы личной гигиены.
2. Тщательное мытьё овощей, фруктов, ягод и зелени, которые употребляются в пищу без термической обработки.
3. Употребление только доброкачественной питьевой воды.
4. Правильная обработка рыбы и мяса (гельминты погибают при высоких температурах). Следует избегать употребления сырой рыбы, мяса, необработанной икры.
5. Продукты следует приобретать только в установленных местах, где гарантируется их качество и безопасность.
6. Для профилактики контактных гельминтозов на пляжах рекомендуется носить обувь, загорать на пляже на лежаках, полотенцах.
7. Своевременная профилактическая дегельминтизация домашних животных. Также важно соблюдать правила содержания животных, обеспечивающих их защиту от заражения гельминтозами.
8. При наличии факторов риска рекомендуется 1–2 раза в год проходить профилактическое обследование на гельминтозы.
9. При выявлении гельминтоза у члена семьи следует обследовать всех, кто контактировал с заражённым.

При любом подозрении на инфекцию следует незамедлительно обратиться к врачу! Не занимайтесь самолечением!

Будьте здоровы!