

Профилактика паразитарных заболеваний.

По данным ВОЗ, паразитарными болезнями в мире заражено более 4,5 млрд. человек. Средняя заболеваемость населения Земли составляет 100 млн. в год. В течение жизни практически каждый россиянин переносит паразитарное заболевание. Не смотря на тенденцию к улучшению эпидемиологической ситуации по паразитарной заболеваемости продолжают ежегодно регистрироваться случаи заболеваемости лямблиозом, аскаридозом, трихоцефалезом, энтеробиозом, гименолепидозом, дифиллоботриозом, описторхозом, клонорхозом, токсокарозом, тениаринхозом.

Слово **паразит** имеет греческие корни и в переводе означает «нахлебник», «туняец».

Паразит - организм, который использует особь другого вида (хозяина) в качестве источника пищи и среды обитания. Паразит и хозяин находятся в антагонистических отношениях.

Паразитарные заболевания могут быть вызваны как патогенными бактериями, так и паразитическими простейшими, паразитическими членистоногими, вирусами, паразитическими червями. Паразиты, как у человека, так и у животного могут поразить любую часть организма, даже глаза и мозг.

Пути заражения паразитами:

- Через пищеварительный тракт с немытыми овощами, фруктами, ягодами, плохо прожаренным мясом и рыбой, через зараженную воду или почву, контакт с животными (например: в 1 г кошачьих фекалий содержится до 20 миллионов цист токсоплазм; эхинококкозы передаются с меховыми изделиями), при не соблюдении санитарно-гигиенических правил (как населения, так и продавцов, работников пищевой промышленности и общественного питания). Часто на одной буханке хлеба из уличной палатки можно обнаружить яйца нескольких видов гельминтов.
- При вдыхании пыли с яйцами или цистами паразитов.
- Паразиты могут активно пробуравливать покровы и внедряются через них. Так, личинки шистосомов, пробудая кожу, попадают в организм человека во время купания в пресноводных водоемах.
- Трансмиссивный (через укусы насекомых). Комары являются переносчиками малярии, филяриатоза и других паразитов.
- От человека к человеку (чесотка, энтеробиоз и др.), в частности, во время беременности от матери к плоду (токсоплазмоз).
- Заражение тропическими паразитарными болезнями

Причины паразитарных заболеваний

Причиной появления паразитов в организме может стать все что угодно: сырые фрукты и овощи, пища с недостаточной термической обработкой или включающая в себя сырые продукты: суши, роллы, сашими; мясо степени прожарки medium. Употребление всех этих продуктов может спровоцировать развитие паразитарных заболеваний. Не стоит также забывать о домашних питомцах — они являются одним из основных источников распространения паразитов, патогенных бактерий и грибов.

Паразиты проникают в организм через рот, кожу и слизистые оболочки. И при соответствующих условиях тут же начинают развиваться. Паразиты вызывают

аллергизацию организма, понижают его сопротивляемость инфекциям, создают предрасположенность к хроническим заболеваниям. При их длительном существовании в организме человека страдают не только органы, но и иммунная система в целом. Процесс постоянной борьбы с чужеродными антителами приводит не только к ее истощению, но и развитию вторичного иммунодефицита. В таких случаях и развиваются тяжелые хронические заболевания, не поддающиеся обычным методам лечения.

Признаки заболеваний

Первичные симптомы паразитарных заболеваний часто замаскированы под признаки наиболее распространенных болезней.

- **Иммунные нарушения.**
Паразиты ослабляют иммунную систему, понижая выделение иммуноглобулина А. Появляются признаки хронической усталости, жалобы на гриппоподобные симптомы, апатия, депрессия, потеря концентрации и плохая память. Недостаток питательных веществ в организме создается из-за плохого всасывания белков, жиров, углеводов и особенно витаминов А и В12.
- **Аллергические реакции.**
Паразиты могут вызывать нарушения функций желудочно-кишечного тракта, что является причиной аллергических реакций.
- **Проблемы с кожей.**
Кишечные паразиты могут вызывать крапивницу, сыпь, экзему и другие кожные реакции.
- **Скрежет зубов во сне. Бруксизм** —сжатие зубов и трение ими часто сопровождает многие паразитические инфекции.
- **Боли в суставах и мышцах.**
Боли и воспаления суставов и мышц являются результатом травмирования тканей некоторыми паразитами либо иммунной реакцией на их присутствие.
- **Нарушение сна.**
Частые пробуждения среди ночи могут быть попыткой организма избавиться от токсических веществ через печень.
- **Анемия.**
Некоторые виды кишечных паразитов присасываются к оболочке кишок и высасывают питательные вещества у хозяина. Находясь в организме в большом количестве, они могут вызывать достаточно большую потерю крови, что приводит к потере железа организмом.

Помните, что большинство паразитарных заболеваний протекает бессимптомно или под «маской» других болезней! Например, детей часто безуспешно лечат от аллергии или атопического дерматита, а излечение наступает только после проведения антигельминтной терапии. Но и для взрослых долгое отсутствие лечения не безопасно, возможны самые разнообразные осложнения, вплоть до развития опухолей.

Люди, не осознают тот факт, что симптоматика вяло протекающих паразитарных болезней, неспецифична. И большинство обращается к непрофильным специалистам: аллергологу, гастроэнтерологу и т.д., в зависимости от ведущих симптомов заболевания. В результате, человек лечится годами, не подозревая об истинной причине своей болезни. Паразитарные болезни являются причиной задержки психического и физического развития детей, вызывают аллергизацию организма пораженного человека, снижают сопротивляемость инфекционным и соматическим заболеваниям, снижают эффективность вакцинопрофилактики.

Использование высокотехнологичных методов диагностики позволяет выявить паразитарные болезни даже в случае отсутствия симптомов.

Мероприятия по профилактике паразитарных болезней:

- Соблюдение правил личной гигиены: тщательное мытье рук после прогулки, туалета, перед едой и т.д.
- Осуществлять покупку мяса и мясных изделий в местах санкционированной торговли.
- Длительно варить мясо (не менее 2,5 ч.) небольшими кусками (не более 8 см.).
- Овощи, зелень и ягоды, употребляемые в пищу в сыром виде необходимо тщательно мыть и ошпаривать кипятком.
- Проводить тщательную кулинарную обработку рыбы: жарка рыбы не менее 15 мин., посол не менее 2 недель, заморозка при $t = -4^{\circ}\text{C}$ 10 дней, при $t = -27^{\circ}\text{C}$ 9 часов.
- Ограничивайте контакты с домашними животными. Не разрешайте им лизать лицо, прыгать на диван или кровать.
- Пейте только фильтрованную воду.