# Профилактика глистно-паразитарных заболеваний

**Паразиты** (от греч. parasitos — нахлебник, тунеядец) — низшие растительные и животные организмы, живущие снаружи или внутри другого организма (хозяина) и питающиеся за его счет.

К паразитам относятся многие гельминты, грибки, вирусы, простейшие, черви, ракообразные, паукообразные, насекомые. Хозяевами паразитов могут быть бактерии, простейшие, растения, животные и человек. Паразиты проходят сложный цикл развития: иногда им требуется смена 2-3 хозяев, организм которых является промежуточным (гельминт проходит личиночные стадии) или окончательным (гельминт становится половозрелым, инвазионным). Паразиты вызывают ослабление и истощение организма хозяина, вызывают ряд заболеваний.

На земном шаре известно более 12 тысяч видов гельминтов – паразитов человека. Они отличаются по форме, величине, месту паразитирования, но все опасны для человека. Паразитируют гельминты чаще в кишечнике, но могут поселиться в печени, мышцах, головном мозгу, глазах, коже, вызывая различные тяжелые заболевания. Заболевания, вызываемые гельминтами, называются гельминтозами.

Именно паразитозы (вызываемые простейшими, гельминтами) могут быть пусковым механизмом для многих хронических заболеваний: холецистит, желчекаменная болезнь, панкреатит, колит, сахарный диабет, бронхиальная астма, атонический дерматит. Хроническая усталость, раздражительность и тревожность, гиперактивность у детей, анемия, ломкие ногти и волосы, проблемная кожа, головные боли, расстройства аппетита, снижение иммунитета - это могут быть сигналы текущего паразитоза.

При длительном пребывании паразитов в организме человека сильно страдает иммунная система. В процессе постоянной борьбы с чужеродными антителами, она приходит к истощению, то есть к развитию вторичного иммунодефицита. Паразитоз ведет к гиповитаминозу, истощению запасов микроэлементов: калия, меди, марганца, селена, цинка, магния, кремния; нарушению кроветворения, гормональному сбою, нарушается проницаемость сосудов, страдает противораковая защита организма.

Нередко причиной развития анемии являются кишечные гельминты. Наиболее активно она развивается на фоне анкилостомидозов.

Частым признаком паразитарного заболевания служит аллергизация организма, развитие хронических дерматозов (экзема, нейродермит), снижение сопротивляемости инфекционным заболеваниям, развитие дисбактериозов.

Не секрет, что в ряде случаев причиной развития бронхиальной астмы и хронического бронхита служат глистные инвазии: токсокароз, описторхоз, гименолепидоз, лямблиоз.

У детей, больных энтеробиозом, отмечены ослабление памяти, раздражительность, снижение успеваемости. Наблюдается отставание в нервно-психическом развитии. Задержка увеличения роста и массы тела у детей установлены и на фоне других гельминтозов.

Энтеробиоз приводит также к патологии женских половых органов. Как показывают исследования до 80% вульвитов и вульвовагинитов у девочек связаны с паразитированием остриц.

Описторхоз может сопровождаться различной патологией печени, в том числе и онкологической. По заключению Международного агентства по изучению рака, возбудитель описторхоза отнесен к первой группе канцерогенов.

В настоящее время установлено, что все возбудители паразитарных заболеваний вызывают разные формы приобретенного иммунодефицита. В результате у больных паразитозами чаще возникают острые инфекционные заболевания.

Паразитирование в организме человека гельминтов неблагоприятно влияет на развитие поствакцинального иммунитета к дифтерии, кори, полиомиелиту, гепатиту и другим инфекциям.

Доказано, что гельминтозами чаще болеют дети в возрасте до 14 лет, так как неокрепший организм ребенка слабее сопротивляется влиянию паразитов. Но тем не менее, нередко встречаются семьи, в которых родители упорно отказываются лечить своих детей от гельминтозов, недооценивая опасности влияния паразитов на здоровье ребенка.

По оценкам специалистов, ежегодно число заболеваний паразитарными болезнями в России превышает 20 млн. и имеет тенденцию к увеличению. Таким образом, по числу больных паразитозы уступают только острым респираторным заболеваниям.

Вследствие того, что паразитарные заболевания не имеют яркой клинической картины, то в подтверждении диагноза при паразитозах важную роль играет лабораторное исследование. Кишечные и печеночные гельминтозы (аскаридоз, трихоцефалез, описторхоз, бычий и свиной цепень) диагностируются путем исследования анализа кала. Энтеробиоз лучше всего выявлять методом соскоба с перианальных складок. А для выявления тканевых гельминтозов (трихинеллез, токсокароз) используют серологическое исследование крови.

Заразиться паразитозом можно через грязные руки, но не только. Важно знать, что шерсть животных — это переносчик яиц глистов (токсокар, эхинококков), лямблий. Яйца гельминтов, упавшие с шерсти, сохраняют жизнеспособность до 6 месяцев и через пыль, игрушки, ковры, нательное и постельное белье и руки попадают в пищевой тракт. Блохи собак также переносят яйца глистов. Яйца аскариды попадают в организм через плохо мытые овощи, фрукты, ягоды, зелень, грязные руки, а также разносятся мухами.

Неправильно приготовленный шашлык или домашнее сало - это путь заражения трихинеллезом; плохо просоленная рыба, икра или «строганина» — описторхоза и лентеца широкого.

В целом выделяют несколько путей попадания паразитов в организм:

* алиментарный (через зараженную пищу, воду, грязные руки);
* контактно-бытовой (через предметы домашнего обихода, от зараженных членов семьи, домашних животных);
* трансмиссивный (через кровососущих насекомых);
* перкутантный, или активный (при котором личинка проникает через кожу или слизистые оболочки во время контакта с зараженной почвой, при купании в открытых водоемах).

Чаще всего о заражении паразитами приходится догадываться по косвенным признакам, появляются такие симптомы, как:

* слюнотечение,
* тошнота,
* снижение аппетита или патологическое его усиление,
* схваткообразные боли вокруг пупка или без определенной локализации, появляющиеся вне зависимости от приема пищи,
* расстройства стула (поносы, запоры),
* повышенная утомляемость,
* частые головные боли или головокружения,
* аллергии, особенно на пищу,
* бледность и синева под глазами,
* повышенная возбудимость ребенка вечером,
* беспричинные капризы,
* плохое засыпание и плохой ночной сон, сопровождающийся вскрикиваниями, пробуждениями, «ерзанием», скрежетом зубов.
* повышение температуры тела без видимой причины.

**Вот несколько правил, которым нужно следовать, чтобы не допустить проникновения в организм паразитов:**

* Не рекомендуется пить воду из природных источников и в незнакомой местности;
* Нельзя есть немытые овощи и фрукты, а также сырые или слабо термически обработанные мясо и рыбу;
* Целесообразно беречься от комаров, клещей и других кровососущих насекомых, которые могут быть носителями паразитов. Необходимо пользоваться специальными средствами защиты от них, а в местах, где их много, носить брюки и рубашки с длинным рукавом;
* Перед поездкой в некоторые страны необходимо сделать прививки от тифа, чумы, тропической лихорадки и других инфекционных болезней. Отправляясь в места, где встречается малярийный комар, нужно принимать антималярийные таблетки. Собираясь в длительный поход, где могут быть клещи, важно заранее сделать прививку от клещевого энцефалита;
* Нельзя обнимать и целовать собак, кошек и других домашних животных. Важно заботиться о здоровье домашних любимцев — проводить им курсы дегельминтизации;
* Рекомендуется соблюдать правила личной гигиены, поддерживать чистоту дома и образовательном учреждении.