



## ПРОФИЛАКТИКА ПАРАЗИТАРНЫХ 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.

Особенностью большинства паразитарных заболеваний является хроническое течение, которое не сопровождается развитием острых симптомов. Клинические проявления болезни зависят от длительности присутствия паразита в организме человека, его численности и от состояния иммунитета больного. Основные симптомы большинства паразитарных заболеваний малоспецифичны:

- Быстрая утомляемость;
- Снижение аппетита;
- Раздражительность;
- Нарушение сна;
- Головная боль, головокружение и слабость;
- Нарушение веса и обмена веществ;
- У детей – задержка психического и физического развития.

Указанные признаки, как правило, врачи общей практики не связывают с присутствием паразитов что, в свою очередь, приводит к поздней диагностике. По мере увеличения времени пребывания паразита в организме человека и отсутствия лечения могут развиваться признаки поражения органов пищеварения: тошнота, боль в области желудка и кишечника, неустойчивый стул. Часто при длительном течении болезни возникает депрессия.

**Заболевания гельминтозами можно избежать, если соблюдать меры профилактики:**

- мыть руки перед приемом пищи, после посещения туалета и общения с животными;
- не употреблять в пищу немытые овощи, фрукты, зелень;
- не употреблять в пищу сырые, либо недостаточно термически обработанные мясные и рыбные продукты;
- не использовать для нарезки сырых (мясо, рыба, овощи) и готовых (хлеб, сыр, колбаса) продуктов одну разделочную доску;
- кипятить питьевую воду;
- уничтожать переносчиков гельминтов и лямблий – мух и тараканов;
- регулярно менять нательное и постельное бельё.