**Их нужно знать в «лицо». Гельминтозы: состояние проблемы.**

 Мы много говорим о заболеваниях, вызванных вирусами, бактериями и грибами. Широко обсуждаются проблемы СПИДа, гепатита, туберкулеза, гриппа. Однако серьезные заболевания могут быть вызваны и гельминтами, которые являются причиной наиболее распространенного и массового паразитарного заболевания человека – гельминтоза. Термин «гельминтоз» (от латинского Helminthos – глист) был введен Гиппократом, он первым подробно описал клинику поражения некоторыми из гельминтов.

 В наше время значимость гельминтозов недооценивается.

 Большинство людей заражены гельминтами, но даже не догадываются об этом, так как паразиты могут находиться в организме в небольшом количестве и не подавать никаких признаков. Гельминты человека могут паразитировать во всех органах и тканях организма. Паразиты проникают в организм человека различными путями — через воду и пищу, при укусе насекомого, непосредственно через кожу.

 Гельминты (паразитические черви, глисты) значительно от­личаются друг от друга формой и размерами. Различают три ос­новных класса гельминтов: круглые черви, ленточные черви и со­сальщики. Есть гельминты, паразитирующие только у человека или только у животного, а есть такие, которые способны парази­тировать и у животных (в том числе птиц, рыб и др.).

 У человека могут паразитировать более 250 видов гельминтов. Пути проникновения (инвазирования) гельминтов в организм человека чрезвычайно разнообразны. Они могут попадать с пище­выми продуктами, питьевой водой, с загрязненных рук, через кожу, укусы насекомых. Гельминты паразитируют в основном в кишечнике, но некоторые из них развиваются в различных орга­нах и тканях: печени, мозге, кровеносной системе, коже и др.

 Гельминтозы человека - это заболевания, обусловленные осо­бенностями влияния тех или иных паразитов на его организм. Гель­минты могут нарушать функции отдельных органов, а накопле­ние продуктов их жизнедеятельности вызывает явления интокси­кации, приводящие к истощению, снижению защитных сил орга­низма.

В первую очередь, следует отметить, что наиболее распространенным «местом жительства» гельминта является кишечник человека. Для поддержания жизнедеятельности кишечные гельминты используют содержащиеся в просвете кишечника питательные вещества, тем самым как бы «обворовывая» человека-хозяина, нарушая сбалансированный процесс пищеварения зараженного лица. Гельминты также могут вызывать механическое поражение тканей, на которых паразитируют, что может сопровождаться воспалительными явлениями и нарушением функции органа. Существенное значение имеет хроническая микрокровопотеря из поврежденных стенок кишечника, которая иногда становится причиной развития анемии.
 Воздействие гельминтов на организм связано не только с поражением тех органов, где они живут, но и с общим воздействием на организм заболевшего. В его основе лежат аллергические и токсические реакции, которые вызываются продуктами жизнедеятельности гельминтов. Аллергические реакции особенно выражены в острой фазе заболевания. Аллергический ответ организма проявляется в виде кожных высыпаний разнообразной локализации и интенсивности, мышечных и суставных болей, увеличения лимфатических узлов, тяжести или болей в животе, увеличения печени и селезёнки. Ведущими поражениями острой фазы являются: аллергический миокардит, диффузно-очаговая эозинофильная пневмония, менингоэнцефалит, энцефаломиелит, гепатит, нарушения в системе свертывания крови.
Токсический эффект гельминтоза проявляется в снижении аппетита, ослаблении процессов всасывания питательных веществ в кишечнике, задержке роста и отставания в умственном и физическом развитии пораженного человека.

**Их нужно знать в «лицо».**

 Среди всего разнообразия гельминтов есть несколько видов, которые занимают доминирующее положение в мире по распространенности – ***энтеробиоз, аскаридоз и трихоцефалез.***

 ***Энтеробиоз*** – гельминтоз, который характеризуется явлениями зуда возле анального отверстия и кишечными расстройствами. Его возбудителем является острица – мелкий гельминт белого цвета, длина самок 9-12мм, самцов–3-4мм. Среди больных - 90-95% школьников и детей, посещающих дошкольные учреждения. Острицы паразитируют в нижних отделах тонкого кишечника, слепой кишке и начальных отделах ободочной кишки. Самки остриц в период отложения яиц спускаются в прямую кишку и выползают из заднего прохода, чтобы отложить яйца в перианальных складках. Двигаясь по поверхности кожи, они выделяют приклеивающий секрет, который вызывает довольно сильный зуд. Заражение человека происходит при проглатывании зрелых яиц остриц с пищей, вдыхании пыли или путем самозаражения с загрязненных яйцами рук больного. Хотя острица живет всего около месяца, однако частое повторное заражение приводит к длительному течению энтеробиоза.

***Аскаридоз*** – гельминтоз, который характеризуется в ранней фазе наличием аллергического синдрома с признаками поражения органов дыхания, в поздней фазе – поражением органов пищеварительной системы.
Аскаридоз вызывает веретенообразный гельминт – аскарида человеческая. Длина самцов 15-25см, самок–25-40см.
Во внешнюю среду незрелые яйца попадают с выделенным калом. В патогенезе аскаридоза важное значение имеет фаза миграции, так как в это время вышедшая из яйца личинка, пробуравливая слизистую оболочку кишечника, попадает в кровоток. С током крови личинка достигает легких, печени и других органов, вызывая в них патологические изменения.

***Трихоцефалез*** – гельминтоз, имеющий хроническое течение и характеризующийся нарушением функции пищеварительного тракта и анемией. Возбудитель трихоцефалеза – власоглав. Длина тела самок 35-55мм. самцов – 30-45мм.
Паразитирует гельминт на слизистой оболочке толстого кишечника, высасывая кровь из кровеносных сосудов кишечной стенки. Источником инвазии является больной человек. Заражение человека происходит при проглатывании инвазионных яиц власоглава с загрязненными почвой пищей и водой, чаще с овощами, ягодами, выращиваемыми на почве, удобренной фекалиями людей, возможно и через грязные руки. Встречаются случаи повторного заражения, особенно у детей. Больные обычно жалуются на недомогание, повышенную утомляемость, раздражительность, слюнотечение, тошноту, рвоту, тупые боли в животе. При паразитировании власоглава в червеобразном отростке могут наблюдаться приступы аппендикулярной колики, а при вторичной инфекции — аппендицит. Часты запоры или чередование их с поносом. Иногда развиваются умеренная анемия. При интенсивной инвазии у ослабленных детей наблюдаются выпадение прямой кишки (вследствие сильного поноса), эпилептиформные припадки. Инвазия власоглавами может протекать бессимптомно при слабой интенсивности поражения.

Другие виды гельминтозов:

***Дифиллоботриоз*** - гельминтоз, вызываемый паразитированием в кишечнике человека широкого лентеца - самого крупного ленточного гельминта. Клиническая картина дифиллоботриоза выражается умеренными расстройствами желудочно-кишечного тракта, в тяжелых случаях возможно поражение сердечно-сосудистой и нервной систем, развитие гиповитаминоза В12 и тяжелого малокровия. Человек, наряду с рыбоядными животными (собака, свинья и др.), является окончательным хозяином паразита. Промежуточный хозяин - различные виды рачков-циклопов, дополнительный хозяин - пресноводные рыбы (щука, налим, окунь, лосось и др.). Заражение происходит при употреблении в пищу сырой или недостаточно термически обработанной рыбы, зараженной личинками дифиллоботриид.
***Описторхоз***- биогельминтоз, вызываемый паразитированием в печеночных ходах и в протоках поджелудочной железы гельминта - кошачьей (сибирской) двуустки. Окончательными хозяевами паразита являются человек, кошка, собака, пушные звери; промежуточный хозяин - пресноводный моллюск – битиния, дополнительные хозяева - карповые рыбы (плотва, лещ, сазан и др.). Заражение происходит при употреблении в пищу недостаточно термически обработанной рыбы.
***Трихинеллез*** - острое заболевание человека и животных, связанное с паразитированием половозрелых и личиночных стадий круглого гельминта – трихинеллы. Заражение происходит при употреблении в пищу недостаточно термически обработанного мяса зараженных животных (свиней, медведей, кабанов). Тяжесть болезни зависит от интенсивности инвазии, обычно возникают отек лица, лихорадка, сильные мышечные боли, сыпь. При тяжелом течении болезнь осложняется миокардитом, аллергическим поражением легких, центральной нервной системы и сосудистой системы.
***Эхинококкозы*** - хронически протекающие гельминтозы, которые вызываются гельминтами семейства тениид. Паразитирование личиночных стадий эхинококков в организме человека приводит к развитию однокамерных или многокамерных пузырей паразита и нарушению деятельности органов, в которых развился паразит. Наиболее частая локализация гельминта - печень и легкие, но он может поражать и другие органы (мозг, почки, сердце) как первично, так и вследствие развития метастазов. Эхинококкозы могут сопровождаться тяжелыми осложнениями, приводящими к инвалидности и смерти. Обычно случаи эхинококкозов выявляются в поздних стадиях, через несколько лет после начала заболевания.
***Альвеококкозу*** свойственна природная очаговость. Окончательными хозяевами гельминта служат дикие псовые (песец, лисица, волк), а также домашние собаки. Роль промежуточных хозяев играют многочисленные виды грызунов, главным образом, мыши-полевки. Человек заражается альвеококкозом при проглатывании яиц паразита, которыми могут быть обсеменены дикорастущие ягоды, или шкурки лисиц, песцов, а также шерсть собак.

Эхинококкоз сохранил гораздо меньше черт природноочагового заболевания в связи со значительным или полным уничтожением его диких хозяев (волка и крупных копытных) в лесостепных и степных районах. В настоящее время основную опасность в распространении гельминта представляют зараженные собаки и сельскохозяйственные копытные (особенно овцы, интенсивно обменивающиеся гельминтом с собаками)

**Профилактика гельминтозов:**

* Мясо, мясные продукты, рыбу, морепродукты приобретайте только в установленных местах, где гарантируется их качество и безопасность. Подвергайте продукты достаточной термической обработке, соблюдайте правила посола, консервирования;
* Тщательно мойте овощи, фрукты, зелень. Зелень можно промыть в мыльной воде с последующим ополаскиванием проточной водой. Для ягод (клубника, земляника, малина) применяется промывание 1,0% раствором соды, а затем чистой водой. Для обеззараживания овощей применяется слабый раствор йода (0,2 - 0,5%).
* Мойте руки с мылом после посещения санузла, улицы, общественных мест, после работы с землёй, контакта с домашними животными;
* Избегайте приёма сырой рыбы, мяса, необработанной икры;
* Своевременно пролечивайте домашних животных от гельминтозов. Соблюдайте правила содержания животных, обеспечивающих их защиту от заражения гельминтозами.
* Соблюдайте чистоту в помещениях.
* Не используйте свежие фекалии в качестве удобрений, необходимо обеспечить компостирование навоза, фекалий, бытовых отходов.

Регулярно проходите обследование на гельминтозы (1-2 раза в год, при наличии факторов риска).

**Будьте здоровы!**

Надежда Защеринская, инструктор-валеолог.