

## ПАМЯТКА

### Профилактика энтеробиоза

Энтеробиоз - заболевание, которое вызывают острицы. Острицы-мелкие тонкие гельминты белого цвета, длиной до 1 см, обитающие в кишечнике. Энтеробиозом болеют только люди. Это заболевание встречается повсеместно у лиц любого возраста, но чаще им болеют дети. Наиболее ранним и обычным симптомом энтеробиоза является перианальный зуд, возникающий вечером или ночью в результате выползания остриц из анального отверстия.

Яйца остриц попадают в окружающую среду от зараженного ребенка (реже от взрослого) обычно в ночное время, когда самки гельминтов выползают из анального отверстия и откладывают яйца на перианальных складках кожи, после чего погибают. На теле ребенка яйца созревают до заразной стадии за несколько часов и уже утром ребенок может заразить сам себя или окружающих его людей. С тела яйца остриц попадают на нательное и постельное белье и другие предметы окружающей среды, а в результате расчесывания перианальной области - на руки. Заболевание сопровождается сильным перианальным зудом, который беспокоит ребенка чаще ночью, но в некоторых случаях и днем. Это можно заметить по тому, как ведет себя ребенок. Энтеробиоз сопровождается, помимо мучительного зуда, тревожным сном и скрипом зубами во сне. Нередко развивается головная боль, тошнота, рвота, боли в животе, снижение аппетита, потеря веса, утомляемость, а так же у детей может быть отставание в росте и снижение активности в учебном процессе. В некоторых случаях возникает недержание мочи, развиваются воспалительные процессы в области промежности, вульвовагинит у девочек.

Диагноз энтеробиоза можно легко установить при проведении микроскопического исследования соскоба с перианальных складок, сделанного специальной стеклянной лопаточкой или исследовании опечатка липкой лентой. Эти исследования проводятся в поликлинике.

Острицы легко передаются от человека к человеку в семье, коллективе детей (школе, детском саду, при посещениях кружков для занятий и других). По этой причине весьма велика вероятность того, что помимо зараженного ребенка, рядом с ним находятся и другие люди, которые заражены энтеробиозом. Заражение окружающих происходит при непосредственном контакте с больным, а так же через загрязненные яйцами остриц предметы обихода. Считается весьма полезным проведение обследования на энтеробиоз тех людей, которые находятся рядом с зараженным человеком (особенно членов семьи), и в случае выявления у них энтеробиоза следует провести специфическое лечение.

Острицы в виде яиц могут длительно сохраняться в помещении на самых разных предметах, поэтому следует аккуратно выполнять правила личной гигиены и проводить тщательную уборку помещений.

**Для профилактики заражения энтеробиозом необходимо выполнять следующие правила:**

- строго соблюдать правила личной гигиены;
- должны быть коротко острижены ногти и при каждом мытье рук подногтевые пространства тщательно очищать;
- отучать детей от привычки брать в рот пальцы, игрушки, посторонние предметы;
- ежедневно менять нательное белье;
- постельное белье ежедневно проглаживать горячим утюгом и не вытряхивать его в комнате;
- часто менять постельное белье, стирать при температуре не ниже 60°C;
- следить за чистотой в квартире, проводить уборку с пылесосом или вытряхивать ковры, подушки, одеяла и матрацы на улице;
- уборку проводить с мыльным раствором и часто менять используемую для уборки воду;
- мыть и обрабатывать пылесосом детские игрушки;
- в питании надо употреблять тщательно обработанные зелень и овощи;
- в рацион питания следует включать морковь, землянику, гранатовый сок, грецкие орехи, чеснок, чай из зверобоя, которые способствуют очищению организма от гельминтов.