

Памятка

Наиболее часто встречающиеся простейшие, передающиеся с пищевыми продуктами

Согласно статистическим данным Всемирной организации здравоохранения, в мире более 4,5 млрд. человек заражены различными паразитами. В развивающихся странах, зараженность теми или иными паразитами может достигать 93-97%.

Существует огромное количество разнообразных паразитов, которые могут существовать во внутренних органах человека или населять его кожу и волосы. В том числе паразитарные заболевания могут вызывать и простейшие организмы, которые представляют группу одноклеточных или колониальных организмов. Большинство простейших — микроорганизмы, но некоторые могут достигают размеров в несколько миллиметров и хорошо видны невооружённым глазом. Настоящих многоклеточных форм среди простейших нет.

Способов попадания паразитов в организм человека довольно много, однако, одним из наиболее часто встречающихся путей заражения является заражение через пищевые продукты. Плохо промытые овощи, фрукты или зелень, недостаточно прожаренное или сваренное мясо, рыба, птица, неправильно обработанные продукты питания, могут привести к заражению простейшими.

Давайте же попробуем разобраться, какие простейшие, передаются с пищей и встречаются наиболее часто в нашей стране, а также как свести к минимуму риск заражения ими.

Простейшие:

Лямблиоз

Заболевание, вызывается лямблиями и поражающей кишечник человека. Лямблиоз может протекать бессимптомно, в этом случае заболевание выявляется случайно, после проведения лабораторных исследований. Клинически заболевание проявляется умеренными болями в животе, вздутием живота, тошнотой, изжогой, расстройством стула. У человека, зараженного лямблиями, могут наблюдаться повышенная утомляемость, нарушение аппетита, снижение массы тела, бледность кожных покровов, мышечные подергивания. В случае гибели лямблий, продукты их распада всасываются из кишечника и способствуют возникновению различных форм аллергических реакций: кожного зуда, крапивницы, бронхиальной астмы.

Значительную роль в развитии заболевания играет состояние слизистой оболочки тонкой кишки и кислотность желудочного сока. У людей с пониженной кислотностью желудочного сока, нарушением слизистой оболочки кишечника, риск заражения лямблиозом, а также тяжесть клинических проявлений возрастают.

Балантидоз

Возбудителем балантидоза является балантидий кишечный - единственный представитель инфузорий, паразитирующий в толстом кишечнике человека. Заболевание характеризуется изъязвлениями стенки толстой кишки с признаками общей интоксикации организма, но чаще протекает с незначительными клиническими проявлениями или вовсе бессимптомно. Источниками заболевания

являются свиньи. Человек болеет, как правило, при употреблении немытых овощей, ягод и зелени, где в качестве удобрений использовались свиные фекалии.

Возникновению признаков заболевания способствует ряд факторов: нарушение питания, снижение активности иммунной системы, переохлаждение организма, воспалительные заболевания кишечника и другие. В местах локализации паразитов возникает воспалительно-язвенный процесс, происходит отмирание клеток кишечника с образованием язв. У больных возникает общая интоксикация, появляются боли в животе, понос, в фекалиях – слизь и кровь. Наиболее опасными осложнениями балантидиаза являются прободение язв с развитием перитонита и кишечные кровотечения.

Амебиаз

Возбудителем амебиаза является дизентерийная амеба, обитающая в кишечнике человека. Заболевание характеризуется частым водянистым стулом с примесью крови и слизи, болями в животе, лихорадкой и обезвоживанием организма.

Заболеемость амебиазом довольно высока - ежегодно регистрируются несколько сотен миллионов больных во всех странах. Для нескольких десятков тысяч больных заболевание заканчивается летальным исходом. В России эндемичными районами являются Закавказье, Калмыкия, Астраханская область и районы, примыкающие к среднеазиатским республикам.

Если место обитания амебы в просвете толстой кишки, то паразитирование не приводит к возникновению клинических признаков заболевания. Если же дизентерийная амеба проникает в ткани слизистой оболочки толстой кишки, то образуются язвы. У больных появляются сильные боли в животе, развивается диарея (до 15 и более раз в сутки). Отличительный признак амебиаза – стул напоминает слизь и окрашен кровью («малиновое желе»). При разрушении сосудов стенки кишечника может возникнуть массивное кровотечение.

Больные амебной дизентерией подлежат обязательной госпитализации.

Токсоплазмоз

Возбудителем токсоплазмоза является токсоплазма. Заболевание характеризуется хроническим течением, поражением нервной системы, увеличением печени и селезенки, поражением скелетных мышц и миокарда.

Цикл развития токсоплазмы довольно сложный: происходит не только со сменой хозяев, но и чередованием жизненных стадий паразита.

Окончательные хозяева паразита – представители семейства кошачьих - американская рысь, бенгальский тигр и домашние кошки.

Большинство случаев токсоплазмоза протекает бессимптомно. На характер проявлений заболевания существенное влияние оказывает общее состояние организма, а также активность иммунной системы.

У лиц с нарушениями иммунной системы заболевание приобретает особенно тяжелый характер. Увеличение количества очагов размножения паразита приводит к воспалительным изменениям в органах с последующим отмиранием тканей. Наиболее частое и грозное осложнение токсоплазмоза – энцефалит, летальность при котором достигает до 90%.

Профилактика паразитозов

Чтобы не допустить заражения простейшими, нужно соблюдать несколько правил, а именно:

1. Соблюдать простейшие правила личной гигиены, в том числе мытье рук после улицы, перед едой, после контакта с деньгами и животными.
2. Стараться избегать контакта с бродячими животными, а при наличии у вас питомца регулярно посещать ветеринарную клинику. Обязательно проводить курсы дегельминтизации животных с периодичностью, рекомендуемой ветеринаром.
3. Тщательно мыть фрукты, овощи, ягоды, даже если они с Вашего приусадебного участка.
4. Не пить воду и не мыть посуду и продукты питания водой, в безопасности которой Вы не уверены.
5. Употреблять в пищу только продукты, которые прошли необходимую термическую обработку.
6. Обеспечить защиту от насекомых на Вашей кухне. Например, засетчивать оконные проемы, накрывать готовые блюда.
7. Не есть вяленую или сушеную рыбу домашнего приготовления.
8. Не употреблять домашнее соленое сало.