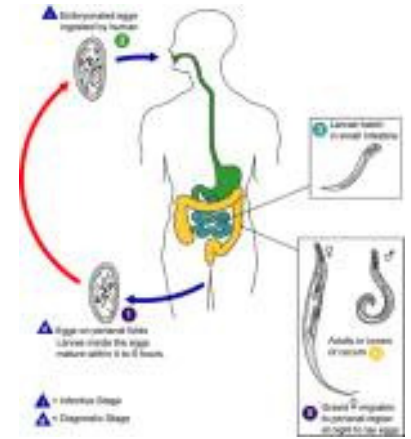


## ПРОФИЛАКТИКА ГЕЛЬМИНТОЗА

На сегодняшний день известно уже более 150 видов глистов, способных паразитировать на человеке, и самыми беззащитными перед гельминтами оказываются наши дети. Чем опасен гельминтоз, как определить его наличие у ребенка по внешним признакам, и о каких правилах не стоит забывать, чтобы предотвратить появление глистов у детей?

### Откуда у ребенка глисты?

С первых дней своей жизни каждый ребенок начинает активно познавать мир. И делает это, не только созерцая окружающую действительность, но и пробуя ее «на вкус». Буквально на каждом шагу можно встретить молодых мам, выхватывающих из рук своего чада очередную «каку», едва не оказавшуюся у него во рту. К сожалению, именно такой «сбор информации» чреват вполне реальной опасностью подхватить какого-нибудь глиста, поскольку гельминты или их яйца могут быть повсюду: в почве, продуктах питания, питьевой воде, водоемах, на предметах обихода, домашних животных и даже в пыли. Процент заражения глистами довольно высок не только среди самых маленьких, но и среди более старших детей – дошкольников и даже школьников, чья гигиеническая самодисциплина остается пока еще невысокой.



### Чем опасен гельминтоз?

Для глистов мы всего лишь подходящая среда обитания с прекрасными и стабильными условиями для существования и неиссякаемым источником пищи. Ведь гельминты питаются теми же веществами, что и человек, а это означает, что они отбирают немалую часть предназначенных нам белков, витаминов, минеральных веществ и других жизненно важных элементов. Особенно негативно это отображается на растущем детском организме.

Гельминтозы у детей, нелеченные на протяжении длительного времени, влияют не только на общее состояние здоровья, но и замедляют рост, ухудшая общее физическое развитие. Кроме того, продукты жизнедеятельности глистов, которые выбрасываются или в кишечник, или прямо в кровь, в значительной мере отравляют организм ребенка. Поэтому, каким бы правильным ни был режим питания, зараженные гельминтами дети все равно будут испытывать отрицательное действие токсинов и шлаков.

Глисты могут поражать самые различные органы, а потому клиническая картина гельминтозов зависит от места их развития, а также от вида глистов и их количества.

### О заболеваниях, связанных с гельминтозом

- Чаще всего при гельминтозах возникают заболевания желудочно-кишечного тракта. При этом развиваются нарушения различных функций кишечника, появляются запоры или диарея, тошнота, боли и общий дискомфорт в области живота. Нередко присоединяются заболевания желчевыводящих путей с застоем и воспалением в желчных протоках.
- У ребенка ухудшается аппетит, он с большой неохотой ест даже самые любимые блюда. Но иногда, наоборот, отмечается повышение склонности к продуктам, богатым углеводами, особенно к сладостям. Возможно, это связано с потребностью организма в повышенных количествах энергии (глисты развиваются и «требуют» больше пищи).
- Кроме того, размножение глистов представляет опасность и совсем другого рода. Так, большое скопление широко встречающихся на нашей территории аскарид, которые сплетаются друг с другом в виде тесного клубка, нередко становится непреодолимым барьером для содержимого кишечника, перекрывает весь его просвет и вызывает угрожающую жизни кишечную непроходимость. В таких случаях единственным методом лечения остается хирургическая операция. Эти же аскариды могут оказаться даже в дыхательных путях, вызвав приступ острого удушья. Из-за таких особенностей поведения

аскариды, имеющие в длину не более 20 см, даже более опасны, чем ленточные черви, достигающие в размерах до 10–12 м.

### **Влияние гельминтоза на физическое состояние ребенка**

*Это важно! Отдельные виды глистов способны заселять жизненно важные органы человека. В частности, эхинококки, попадая сначала в желудочно-кишечный тракт, оттуда с током крови разносятся по всему организму, причем могут попасть и в головной мозг, и в сердце, и в печень. При массивном обсеменении таких органов яйцами эхинококка и дальнейшем развитии глистов возможны тяжелейшие симптомы, иногда заканчивающиеся даже смертью. Вот почему выявление и своевременное устранение гельминтов – важнейшая задача, без выполнения которой о сохранении крепкого здоровья не может быть и речи.*

Действие токсинов, выделяемых гельминтами, как уже отмечалось, влияет на физические способности ребенка. При этом он быстро устает, становится менее выносливым к физическим и умственным нагрузкам, хуже усваивает учебный материал, у него нередко снижается успеваемость в школе. Внешность таких детей тоже изменяется: они становятся бледными, нередко с темными кругами под глазами, теряют в весе. Вместе с тем, развитие глистов в детском организме чревато не только отставанием в развитии и интоксикацией. Дело в том, что под влиянием глистов у ребенка снижается иммунитет, открывая «дорогу» для возбудителей различных инфекций. Вот почему зараженные глистами дети часто болеют, например, острыми респираторными заболеваниями.

### **Внешние и внутренние признаки гельминтоза у ребенка**

- Заподозрить заражение глистами можно уже по внешнему виду и поведению ребенка, точнее, по тем признакам, которые мы уже отмечали: бледность, исхудание, усталый вид и др. Однако все это, конечно, не столь показательно, как, например, анализ кала. Поскольку подавляющее большинство гельминтов передается от человека человеку через желудочно-кишечный тракт, именно в испражнениях можно обнаружить яйца гельминтов или даже живых особей (либо их фрагменты). Но если вы намерены достоверно убедиться в отсутствии у своего ребенка паразитов, примите во внимание, что анализ кала необходимо провести не менее 3 раз с промежутком в 3–4 дня.
- Правда, анализ кала продемонстрирует присутствие гельминта лишь уже «по факту», когда глисты достигнут зрелости и смогут самостоятельно откладывать яйца.
- Но их можно выявить и гораздо раньше. Так, в ответ на внедрение чужеродных агрессоров наша иммунная система начинает вырабатывать определенные антитела. Обнаружение этих антител в крови ребенка позволяет не только назвать вид проникшего гельминта, но и дает возможность назначить лечение на самых ранних стадиях, что, несомненно, обеспечивает более быстрое выздоровление и уменьшает выраженность и продолжительность отрицательных последствий.

### **Первичная профилактика**

- Первичная профилактика гельминтозов направлена на предупреждение болезни, обычно за счет устранения причин, вызвавших ее. Установление этиологии гельминтной инвазии всегда, за редким исключением, позволяет при осуществлении этиотропной и патогенетической терапии добиться хороших результатов санации организма ребенка.

- Основой первичной профилактики гельминтных инвазий являются формирование и сохранение так называемого здорового образа жизни. Его определяющие составные – здоровье родителей, благополучие семьи, уровень культуры, материальная обеспеченность и т.п. Не подлежит сомнению исключительная по уникальности и



невоспроизводимости взаимосвязь мать - ребенок. Непосредственный контакт между ними и первое прикладывание к груди - это, по сути, и есть начало формирования жизненного уклада ребенка после рождения, его воспитания, а в дальнейшем становления в обществе. Материнское молоко не только обеспечивает гармоничное развитие ребенка и удовлетворяет все физиологические потребности, но и защищает его от разных бактериальных, вирусных, грибковых и иных возбудителей именно в первые дни, недели и месяцы жизни.

- Питание является основой для предупреждения заболеваний, включая гельминтозы, в детском возрасте. По существу, это и есть первичная профилактика, направленная на предотвращение заболеваний не только желудочно-кишечного тракта, но и других органов и систем. Любые количественно-качественные нарушения питания, будь то дефицит или избыток пищевых веществ, могут существенно влиять на состояние здоровья детей. Большое значение имеют витамины, антиоксиданты, минеральные элементы, балластные вещества (пищевые волокна).
- Важны правильная организация режима питания, отсутствие больших перерывов между приемами пищи, создание во время еды спокойной обстановки. Недопустимыми являются сухоядение, торопливость, неправильный подбор пищевых продуктов в силу их органолептической или питательной несовместимости.
- Важнейшее профилактическое мероприятие - кулинарная обработка всех пищевых продуктов. Всегда следует учитывать риск заражения гельминтами при употреблении сырокопченых либо недостаточно подвергшихся тепловому воздействию мясных и рыбных продуктов. В отношении овощей, зелени, фруктов и ягод должны быть предприняты все меры предосторожности.
- Краеугольным камнем борьбы с гельминтозами и их предупреждением являются санитарно-эпидемиологические мероприятия, обеспечивающие качество воды. Любые незначительные отклонения от санитарно-гигиенических правил, не говоря о грубых нарушениях, приводят к росту числа инфекционных кишечных заболеваний, включая гельминтозы.
- Каждый ребенок должен иметь собственные постельное белье, полотенца, одежду, предметы личной гигиены и другие принадлежности повседневного обихода. Строжайший санитарно-гигиенический уровень немыслим при его несоблюдении всеми членами семьи.
- Особо стоит остановиться на наличии в доме домашних животных, в первую очередь собак и кошек. Помимо того, что они могут быть заражены, эти животные нередко являются промежуточными хозяевами, и соответственно переносчиками, гельминтов. Исключительное значение имеют правильный уход за собаками и кошками, при необходимости их регулярная дегельминтизация, вакцинация.
- Для каждого ребенка должен быть определен рациональный режим дня с учетом достаточной продолжительности сна и пребывания на свежем воздухе для естественного обеспечения ультрафиолетовым излучением. В теплый период года, начиная с весны, когда дети больше времени проводят на природе, следует помнить о возможности гельминтной инвазии через почву, растительность, воду, дикорастущие плоды и ягоды. Риск подобного заражения возрастает во время туристических походов, многодневных экскурсий, пребывания в регионах, имеющих иные климатогеографические особенности.

### **Вторичная профилактика**

- С целью распознавания гельминтозов применяются разные методы исследования. Они используются как у больного ребенка, так нередко и у всех членов семьи. В случае значительной контагиозности (заразности) паразитов под врачебным наблюдением, с соответствующим специальным обследованием, должны находиться контактирующие с больным ребенком сверстники (детский сад, школа) и окружающие его лица. При необходимости, главным образом в связи с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой, показаны и обоснованы также выборочные обследования животных.
- Установление критического уровня зараженности населения и выявление источника инвазии обуславливают проведение специальных медико-санитарных и

эпидемиологических мероприятий - обезвреживание источника инвазии и разрыв путей передачи возбудителя.

- **Основу первого направления** составляет обезвреживание источника паразитарной инвазии, который может быть в естественных и искусственных водоемах, лесных массивах, пахотных землях, на фермах и т.п. Очень важно, хотя это представляет немалые трудности, выявление источника гельминтоза и/или гельминтозов с последующей ликвидацией его очага среди населения. По показаниям и в случае ухудшения эпидемиологической обстановки проводится выборочное обследование как детского, так и взрослого населения. Ориентировочно допустимым уровнем зараженности считается 5% популяции. У детей он может быть несколько больше (6-7%). При превышении этих уровней инвазированности не исключена экстренная необходимость массового обследования всех групп населения.
- Все лица, пораженные гельминтами, подлежат дегельминтизации, преследующей две цели. С одной стороны, осуществляется лечение инвазированных, с другой - профилактика. Тщательное выполнение этих мероприятий предупреждает загрязнение внешней среды яйцами гельминтов.
- **Второй путь** борьбы с гельминтозами предусматривает нарушение механизмов передачи возбудителя, что предохраняет внешнюю среду на разных стадиях развития паразита и предупреждает заражение детей.
- Эффективность этих мероприятий определяется тремя важными факторами - разницей в путях заражения гельминтами: наличием или отсутствием промежуточного хозяина; состоянием ранних стадий развития гельминтов во внешней среде; механизмом заражения definitivoного хозяина.
- Учитывая, что все гельминтозы подразделяются на две большие группы (гео- и биогельминтозы), а два гельминтоза - энтеробиоз (из группы геогельминтозов) и гименолепидоз (биогельминтозов) выделены в самостоятельную группу (контактных) и на их распространение не влияют природно-климатические условия, профилактические подходы будут разными.
- При гельминтозах больной непосредственно не участвует в заражении других людей. Яйца гельминтов до зрелости находятся во внешней среде, где они длительно накапливаются, способствуя существованию очагов этих инвазий. Следовательно, большое значение имеет охрана окружающей среды от загрязнения этими паразитами - обеззараживание фекалий, сточных вод, нечистот, отходов, очистка почвы от яиц гельминтов в местах скопления детей и т.п. Для этого используются различные биологические, естественные (почвенные) и искусственные методы.
- В результате сложности развития биогельминтозов с участием промежуточных и дополнительных хозяев оборот инвазии происходит медленно. Окончательным хозяином для большинства этих паразитов является человек. Снижение степени инвазивности в таких случаях достигается массовой дегельминтизацией эпидемиологически опасных групп населения (животноводы, рыбаки и т.д.), уничтожением и контролем (с санацией) за промежуточными и дополнительными хозяевами (грызуны, домашние животные). Исключительное значение имеет предупреждение заражения окончательного хозяина через пищевые продукты животного происхождения - выявление и обезвреживание зараженного гельминтами мяса, употребление в пищу только хорошо термически обработанной рыбы.
- При энтеробиозе и гименолепидозе источником инвазии является человек, и его заражение происходит в результате отсутствия элементарных навыков личной гигиены. Профилактические мероприятия в этих случаях направлены на предупреждение рассеивания гельминтов, распространение заразного материала, формирование у населения, особенно у детей, навыков санитарной культуры.
- Важно выявление факторов риска для обоснования ранней диагностики гельминтозов в детском возрасте, учитывая нередко бессимптомное течение паразитарных инвазий. Факторы риска следует рассматривать как особенность организма или внешнее воздействие, приводящее к увеличению риска возникновения заболевания или иному неблагоприятному исходу. Факторами риска можно считать наличие у детей преморбидного состояния, частые заболевания (особенно ОРЗ), вторичные

иммунодефицитные состояния, предрасположенность к диатезам, несоблюдение сроков вакцинопрофилактики, антисанитарные условия проживания, миграцию и т.п.

### **Третичная профилактика**

- Третичная профилактика предполагает комплекс мероприятий, направленных на предотвращение ухудшения течения или осложнений заболевания после того, как болезнь появилась. Речь идет о тех глистных инвазиях, характерной особенностью которых являются хроническое течение, исчисляемое у детей годами, а у взрослых даже десятилетиями. При поздней диагностике, например, длительное время протекающего бессимптомно эхинококкоза, практически невозможно разграничить вторичную и третичную профилактику в отношении этого паразита. Однако в случае верификации диагноза и определения объема лечебных мероприятий как оперативного, так и консервативного характера перед специалистами возникает проблема по устранению негативных последствий столь длительно протекающей глистной инвазии и восстановлению здоровья ребенка.
- Третичная профилактика, по существу, по многим параметрам совпадает с лечебными мероприятиями, но одновременно заимствует основные принципы первичной и вторичной профилактики. Это касается образа жизни, питания, вакцинации и т.д.
- Особого внимания требуют осложнения, которые могут быть следствием как остро протекающих гельминтозов, так и хронических. При анемии показаны препараты железа, поливитамины, при синдромах мальабсорбции и мальдигестии - ферментные препараты, пробиотики, цитопротекторы и т.д. Для купирования аллергических проявлений, как обусловленных самими паразитами, так и возникающих после лечения антигельминтными средствами используются новые поколения антигистаминных препаратов.
- Система профилактических мероприятий будет несовершенной без компетентности медицинских работников, их ответственности, высокого профессионализма, а также государственных программ, направленных на предупреждение и снижение заболеваемости детского населения.