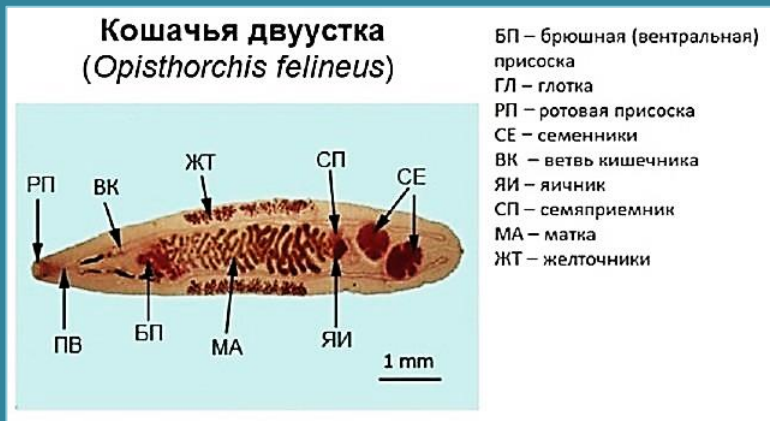


ПРОФИЛАКТИКА ОПИСТОРХОЗА

Обь-Иртышский речной бассейн, в котором расположен Ханты-Мансийский автономный округ, является крупнейшим в мире очагом описторхоза. Распространенность этого заболевания у сельского населения в районах среднего течения реки Обь достигает 90-95%. Не обходит эта болезнь и горожан-любителей местной рыбы.

Описторхоз — это паразитарное заболевание с преимущественным поражением желчевыводящих протоков, желчного пузыря, реже протоков поджелудочной железы.



Возбудителем является гельминт – описторх (кошачья, сибирская двуустка) – червь класса трематоды (сосальщикообразные), плоской формы, похожий на огуречное семечко, ротовая полость которого снабжена присосками. Длина тела гельминта 0,4 - 1,2 см.

Жизненный цикл описторха довольно сложен:

Окончательным хозяином является человек, домашние животные (собаки, свиньи, кошки) и дикие плотоядные животные (лисы, выдры, песцы). Выделяющиеся с фекалиями яйца паразитов из почвы с талыми водами попадают в водоёмы.

Промежуточным хозяином являются пресноводные моллюски - битинии. Яйца заглатываются моллюсками, и в их теле развиваются личинки, которые не являются опасными для человека, поэтому *через воду описторхозом заразиться нельзя!*

Дополнительным хозяином является обычно рыба семейства карповых (язь, елец, плотва европейская, сазан, лещ, линь, красноперка, укляка, голянь, жерех, подуст, чебак, вобла). Личинки описторхов, покинув тело моллюска, внедряются в подкожно-мышечный слой рыбы семейства карповых и становятся способными вызвать заражение.

Заражение человека происходит:

- при употреблении в пищу сырой (талой, мороженой), недостаточно термически обработанной, слабосолененной и вяленой рыбы семейства карповых;
- при использовании необезвреженного после разделки рыбы инвентаря (ножи, посуда, оборудование);
- при несоблюдении правил личной гигиены во время разделки сырой рыбы (курение, приём пищи) или после её окончания (плохо вымытые руки);
- при снятии пробы во время приготовления рыбных блюд.

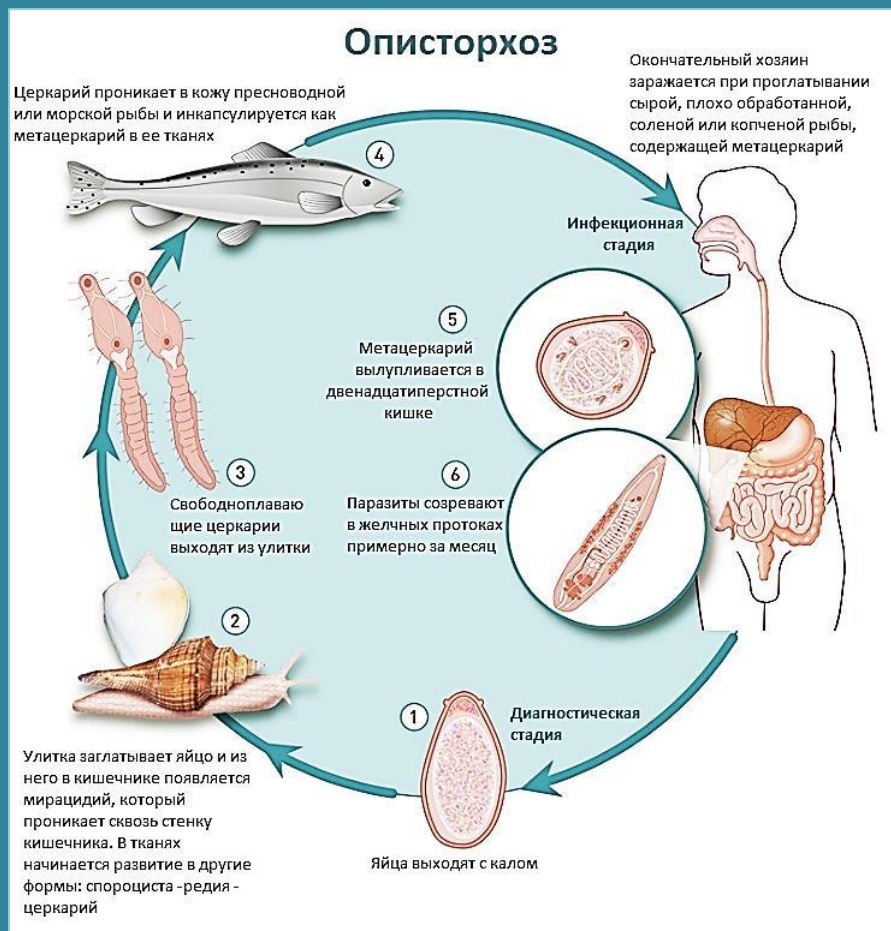
Личинки паразита попадают со съеденной рыбой в желчные протоки печени, желчный пузырь, поджелудочную железу. Количество паразитов может достигать 40 тысяч экземпляров. Продолжительность жизни паразита в организме человека составляет десятки лет. Человек, зараженный описторхами, сохраняет способность к повторным заражениям в течение всей жизни.

Первые симптомы заболевания возникают через 18-45 дней после заражения: резкое ухудшение состояния, пищевые расстройства, головные боли, подъем температуры, аллергические реакции на коже.

В месте паразитирования описторхов образуется воспаление, которое примерно через месяц приобретает хронический характер с длительным течением и частыми обострениями.



В кале и желчи начинают появляться яйца паразитов, поэтому одним из обязательных анализов является анализ кала на выявление яиц паразитов. Другим обязательным анализом является анализ крови, позволяющий выявить антитела, возникающие при паразитарных заболеваниях.



Осложнения заболевания: воспаление желчевыводящих путей (холецистит, холангит), острое воспаление поджелудочной железы, рак печени и поджелудочной железы. Возбудитель описторхоза, согласно списку Международного агентства по изучению рака (МАИР), отнесен к категории канцерогенов номер один для человека (вызывающих злокачественные новообразования).

Профилактика заражения описторхозом

- приобретать рыбу следует только в проверенных магазинах, где соблюдаются все санитарные нормы.
- Строго соблюдайте правила обработки рыбы семейства карповых:
 - варите рыбу мелкими кусками 15—20 минут с момента закипания;
 - жарьте рыбу (рыбные котлеты) порционными (мелкими) кусками в жире 15 минут;
 - жарьте крупные куски рыбы,

весом до 100 г, в распластанном виде не менее 20 минут;

- выпекайте рыбные пироги 50—55 минут, рыбу закладывайте в один слой, в распластанном виде, кожей вверх;
- солите непотрошеную мелкую рыбу (вес одного экземпляра до 50—65 г) не менее 14 суток; более крупную - (вес одного экземпляра 150—170 г, до 25 см) — не менее 21 суток; крупную (свыше 25 см) – 40 суток. Количество соли берётся из расчёта 2 кг на 10 кг рыбы. Указанные параметры позволяют достичь в тканях рыбы губительную для личинок концентрацию соли.
- после отмачивания соленую вышеуказанным способом мелкую рыбу можно вялить в течение трех недель; **само по себе вяление способом обезвреживания не является!**
- вымораживайте рыбу при температуре -30°C и ниже в течение 48 часов (2 суток) с последующим быстрым размораживанием в тёплом помещении; **замораживание при более высокой температуре не гарантирует обеззараживание рыбы семейства карповых пород!**
- **холодное и горячее копчение не являются способами, гарантирующими обеззараживание рыбы семейства карповых пород!**
- не употребляйте в пищу сырую рыбу, слабого и кратковременного посола и сырой рыбный фарш.
- не забывайте после разделки рыбы использованный разделочный инвентарь ошпарить кипятком, вымыть хозяйственным мылом (или чистящими средствами) и протереть насухо.

Не рекомендуется:

- солить и вялить рыбу карповых пород в домашних условиях;
- заниматься самолечением описторхоза.

В целом от описторхоза достаточно легко защититься, если следовать всем правилам профилактики!

Позаботьтесь о себе!