**Невидимый враг**

Многие люди даже не догадываются о том, что они инфицированы глистами.

На первом месте среди гельминтозов в нашей стране находится энтеробиоз. Возбудителем его являются острицы, которые живут в тонком кишечнике (крошечные паразитические нематоды 2-14 мм). Чаще всего таких гельминтов находят у детей, но и у взрослых острицы тоже встречаются (случаев аскаридоза встречается значительно меньше).

Жизненный цикл у всех паразитов разный. Попадая в организм человека, одни остаются в нем на недели (острицы), другие, те же аскариды, без лечения антигельминтными препаратами могут прожить 1 год. Но есть и те, кто может задержаться в организме даже на 20 лет (бычий цепень – ленточный червь) паразитирующий в тонком кишечнике. Больной может обнаружить у себя этого паразита только тогда, когда гельминт станет отделять от себя членики, которые выходят с фекалиями.

Большой опасности подвергают себя лица, употребляющие в пищу блюда из сырого мяса. Не безопасно и употребление в пищу мяса диких животных.

Специалисты предупреждают, употребляя в пищу даже прожаренное или проваренное мясо дикого кабана, медведя, лося, можно заработать тяжёлую глистную инвазию – трихинеллёз. Личинки гельминта через лимфо- и кровоток попадают в мышечные волокна человека, который при этом испытывает боль в мышцах, головную боль, повышается температура тела, возникает отёк лица и вен.

Несмотря на то, что случаи заражения трихинеллёзом сейчас встречаются крайне редко, забывать о них специалисты не советуют.

Специалисты напоминают, пребывание в организме человека гельминтов безвредным не бывает. Любая инвазия нарушает обменные процессы, препятствует всасыванию витаминов и микроэлементов, обостряет течение хронических заболеваний, а лечение идёт с переменным успехом. Глисты токсически воздействуют на организм человека, так что избавляться от них стоит обязательно.

При любых подозрениях на заражение гельминтами лучше обратиться к врачу – терапевту, инфекционисту, педиатру. Он уточнит жалобы, назначит нужные анализы и лечение.

Чтобы минимизировать опасность заражения любыми видами инвазии, стоит принять рекомендации специалистов за аксиому:

- чаще мойте руки с мылом (процесс должен длиться не менее 20 секунд);

- нельзя грызть ногти, карандаши, брать в рот игрушки;

- не употребляйте в пищу мясо домашнего скота или диких животных без предварительной ветеринарно – санитарной экспертизы;

- не покупайте продукты в местах несанкционированной торговли;

- тщательно мойте овощи и фрукты;

- не пейте сырую, некипячёную воду;

-поддерживайте в чистоте  помещения, где находится ребенок, регулярно обрабатывайте игрушки мыльным раствором или специальными моющими средствами (не реже 1 раза в неделю);

- не допускайте контакта домашних животных с продуктами питания и посудой, исключите для них возможность забираться на рабочие кухонные поверхности, обеденные столы, в детские кроватки и коляски (через шерсть собаки можно заразиться одним из видов токсакароза);

-содержите животных в чистоте, регулярно проводите профилактический курс противоглистного лечения.