

# Мойте руки перед едой



Ирина Старостина

## Страшные черви

— *Ирина Валентиновна, число заболевших, честно говоря, поражает! Каких глистов «цепляют» ярославы?*

— В Ярославской области распространены два заболевания — энтеробиоз и аскаридоз. Первым в 2018 году заболел 1181 человек, из них 1069 — дети. Вторым — 270 человек, из них 207 детей.

— *Какие паразиты повинны?*

— Оба заболевания вызывают, можно сказать, родственники — круглые черви из класса Нематод. Энтеробиоз — детская острица, маленький червячок 5 — 10 мм длиной, живущий в толстом и тонком кишечнике. За аскаридоз ответственны человеческие аскариды. Это самые крупные круглые глисты. Длина самки может достигать 40 см, самцы покороче — до 25 см.

— *Такая ситуация с заболеваемостью гельминтозами только у нас?*

— Нет. Сейчас аскаридозом в мире ежегодно поражается более миллиарда человек. Заболевших энтеробиозом подсчитать вообще невозможно. По Ярославлю есть данные, опубликованные Ярославским медицинским институтом в 1967 году. Согласно этим данным в детских садах 5 — 7 детей из 10 были поражены энтеробиозом.

— *Пользователям Интернета часто попадает вирусная реклама об избавлении от паразитов с помощью какого-нибудь чудодейственного средства. В рекламе говорится прямо: паразиты — то есть глисты — есть у всех. Это так?*

— Это неправда. Сейчас заболеваемость гельминтозами снизилась во много раз.

— *Есть другая крайность. Многим людям кажется, что глисты не так уж вредны. Чем все-таки они опасны?*

— Черви поглощают питательные вещества, предназначенные хозяину. Это грозит че-

**Казалось бы, в век просвещенной гигиены о таких заболеваниях, как гельминтозы (по-народному, глисты), можно забыть. Как бы не так! Только в прошлом году гельминтозом заболел 1451 житель области. В чем причина и как уберечь себя от заражения? Об этом мы беседуем с главным внештатным инфекционистом Ярославской области, заместителем главного врача по клинко-экспертной работе ГБУЗ ЯО «Инфекционная клиническая больница» Ириной Старостиной**

ловеку анемиями. Находясь в кишечнике, глисты механически травмируют его слизистую. Если паразитов много, это касается аскарид, их клубок закрывает просвет кишечника, вызывая непроходимость. Тогда необходима хирургическая операция. Аскариды могут сами активно подниматься из желудка по пищеводу в глотку, выходить наружу через нос или рот или спускаться в дыхательное горло, что угрожает удушением. Аскариды могут мигрировать в глаза. Это потенциальная слепота. Кроме того, организм становится аллергичным из-за выделяемых гельминтами токсичных продуктов жизнедеятельности. Также черви вызывают общее нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта: боли, диарею и прочие недомогания.

## Под угрозой дачники

— *Как заражаются аскаридозом и энтеробиозом?*

— Взрослая аскарида выделяет во внешнюю среду больше 200 тысяч яиц. Дальше есть два пути заражения. Через питьевую воду из открытых источников, куда яйца попадают из канализации. И через почву. Здесь наибольшей опасности подвергаются дети, которые любят лепить из песочка куличики, а потом немытыми руками есть конфетки. В группе риска и работники очистных сооружений, сельского хозяйства и садоводы.

— *Садоводы-то при чем?*

— Многие садоводы используют содержимое дачных туалетов в качестве удобрения. А это при наличии носителя аскарид очень опасно. Не помогает даже компостирование. Известен факт, что в Японии, где эта традиция была повсеместной, еще в середине XX века почти 100 процентов сельского населения были больны аскаридозом.

И в моей практике была пациентка 25 лет, которая всю жизнь выдирала морковку из грядки, вытирала о брючину и немую съедала. Она попала в больницу с плохим самочувствием, кашлем, зудящими пятнами на лице и теле и «сумасшедшими» эозинофилами. Тогда, единственный раз за

много лет инфекционной работы, мы поставили диагноз «миграционная фаза аскаридоза человека».

— *Эта фаза редкая?*

— Нет. Но ее трудно выявить.

Вот что происходит: человек съел зараженную яйцами аскарид морковку. Яйцо попало в тонкий отдел кишечника и превратилось в личинку. Дальше личинка пробуравливает стенку кишки, попадает в вены и по малому кругу кровообращения мигрирует в легкие, в глаза, в печень. Это миграционная стадия. Она длится 2 — 2,5 месяца и у большинства людей в отличие от той пациентки скрыта. Человек немного покашлял и думает, что простудился? Дальше из легких личинки «выкашливаются» в рот, заглатываются и снова попадают в кишечник, где и вырастают в полноценную аскариду.

— *Если все-таки дачный туалет для огорода используется, тогда защиты от аскаридоза нет?*

— Есть. Мойте овощи и руки.

— *Можно ли заразиться, если больной аскаридозом немытыми руками прикасается к посуде, продуктам?*

— Нет. Он может даже жать вам руку, и вы не заразитесь. Для созревания яиц аскарид нужно попасть в почву. А вот энтеробиозом через рукопожатие заразиться можно.

— *Можно сказать, что энтеробиоз более агрессивен?*

— Безусловно. Это в чистом виде болезнь грязных рук. Чаше всего он, конечно, поражает детей младшего возраста, которые все любят пробовать на вкус. В зоне риска коллективы детских садов и семьи, где появился ребенок с энтеробиозом. Вот как это происходит.

Для откладки яиц самке острицы нужен кислород. Из тонкого кишечника она спускается «подышать» к анальному отверстию и откладывает там яйца. В этом месте возникает сильный зуд. Человек начинает чесаться. Яйца попадают на руки, оттуда на постельное белье и окружающие предметы. Уже через несколько часов яйца созревают и становятся заразными.

Дальше, если не мыть руки, заражаются все. Мама, которая прилегла к ребенку в постель, одноклассник, взявший у него из рук игрушку, бабушка, кото-

рая поцеловала внука ушибленный пальчик. Часто через свои немытые руки повторно заражается и сам больной.

— *Как же вылечиться?*

— И энтеробиоз, и аскаридоз сейчас хорошо выявляются и лечатся, лекарства, безусловно, должен назначить врач. Но в лечении энтеробиоза требуется еще проявить завидное упорство. Во-первых, все контактирующие с больным должны постоянно мыть руки, а помещение нужно ежедневно мыть с содовым раствором. Во-вторых, нельзя расчесывать зудящие места. В-третьих, необходимо ежедневно менять постельное и нижнее белье, а выстиранное проглаживать утюгом с двух сторон.

## О собаках, и санитарной культуре

— *У моей знакомой две собаки. Недавно у ее внуки нашли энтеробиоз...*

— Эхинококк — маленький ленточный червь 5 мм длиной — живет в тонком кишечнике собак, лисиц и волков. А вот его промежуточная стадия — финна — проходит в печени, легких и других органах крупного рогатого скота, свиней, кроликов и человека. Финна может достигать размеров крупного яблока и лечится только хирургически. Человек заражается, если, погладив собаку, не вымоет руки. К счастью, эхинококкоз в нашей области встречается единично. Опасность представляют только бездомные животные.

— *В Советском Союзе была пропаганда личной гигиены. В школьных столовых, например, висели плакаты «Мойте руки перед едой». Сейчас их нет. Что вы можете сказать о санитарной культуре нашего общества сейчас?*

— Люди расслабились. Дети зачастую не моют руки ни после туалета, ни перед едой, и родители это допускают. Я недавно наблюдала миграцию посетителей в «Макдоналдсе». Люди встают в очередь, берут поднос и садятся есть. Руки мыть идут единицы. А надо обязательно. Если нет доступа к крану с водой, то следует хотя бы протереть руки влажной салфеткой.

Беседовала  
Елена СОЛОНДАЕВА

## КОРОТКО

**АКЦИЯ.** С 13 по 19 мая в Ярославской области под эгидой Всемирной организации здравоохранения прошла ежегодная всероссийская акция «Стоп ВИЧ/СПИД», приуроченная к Международному дню памяти людей, умерших от СПИДа. Ее целью стало повышение уровня информированности населения о проблеме распространения ВИЧ-инфекции, развитие социальной активности и ответственности. Сегодня Россия лидирует по темпам распространения ВИЧ/СПИДа. К началу 2019 года в нашей стране выявлено более 1,3 миллиона ВИЧ-инфицированных. В Ярославской области зарегистрировано более 5 тысяч человек с ВИЧ-инфекцией, преимущественно это люди от 20 до 45 лет.

**КЛЕЩИ.** Ярославская область входит в число эндемичных регионов, где энцефалитные клещи встречаются чаще и регистрируется заболеваемость клещевым вирусным энцефалитом. Это острое инфекционное вирусное заболевание, поражающее нервную систему. Также через укусы клещей передаются другие инфекции: клещевой боррелиоз (болезнь Лайма), анаплазмоз, эрлихиоз. Если вас укусила клещ, обязательно сдайте его в лабораторию. В Ярославле клещей можно исследовать в ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Ярославской области» по адресу: ул. Воинова, д.1 (тел. 73-36-42) и в ГАУЗ ЯО Клиническая больница им. Соловьева по адресу: ул. Загородный сад, 11 (тел.: 25-13-94, 74-41-92, кабинет приема клещей — 73-67-66).

**ВАКЦИНАЦИЯ.** Бактериальные гнойные менингиты — это группа инфекционных болезней, которые характеризуются гнойным воспалением оболочек головного и спинного мозга. Ежегодно в России регистрируется несколько десятков тысяч случаев заболевания менингитами, и, несмотря на проводимое лечение, 1 — 5% больных умирают. Основным методом специфической профилактики заболевания менингитом является вакцинация населения. Она осуществляется в рамках национального календаря профилактических прививок детям первого года жизни, а также детям в возрасте от 2 до 5 лет, взрослым из групп риска, включая лиц, подлежащих призыву на военную службу, а также лиц старше 60 лет, страдающих хроническими заболеваниями легких.

**ГИПЕРТОНИЯ.** Во Всемирный день борьбы с артериальной гипертензией на улице Кирова врачи Областного центра медицинской профилактики обследовали всех желающих: измерили артериальное давление и определили индекс массы тела с помощью прибора жиросанализатора. Акция состоялась в рамках проекта «Здоровая Ярославия». Основные факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний — это повышенное артериальное давление, высокий уровень холестерина, сахара, избыточный вес, курение, злоупотребление алкоголем, малоподвижный образ жизни.