

Памятка населению. Профилактика паразитарных и инфекционных заболеваний

Профилактика паразитарных и инфекционных заболеваний, при организации зарубежных туристических поездок.

Памятка населению.

При выезде в зарубежные страны необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения инфекционными и паразитарными заболеваниями, которые характеризуются тяжелым клиническим течением, поражением жизненно важных органов и систем организма, и могут привести к смертельному исходу.

В число самых распространенных заболеваний в мире входят паразитарные заболевания, передаваемые через почву (геогельминты), которые поражают самые бедные и социально неблагополучные сообщества.

Возбудителями паразитарных заболеваний, передаваемых через почву, являются разные виды паразитических червей. Примерно два миллиарда людей в мире инфицированы геогельминтами. Такие заболевания широко распространены в тропических и субтропических районах – самое большое их число приходится на Африку к югу от Сахары, Америку, Китай и Восточную Азию.

Паразитарными заболеваниями болеют как взрослые, так и дети. Зараженные паразитами дети страдают от физических нарушений здоровья, состояний, обусловленных питанием, и когнитивных расстройств.

Геогельминты передаются через яйца, присутствующие в фекалиях инфицированных людей, которые загрязняют почву в районах с плохой санитарией. Взрослые черви живут в кишечнике, где они ежедневно производят тысячи яиц. В районах, где отсутствует надлежащая санитария, эти яйца загрязняют почву. Люди инфицируются при проглатывании инфекционных яиц паразита. Это может происходить разными путями: яйца, прикрепленные к овощам, проглатываются в случае, если овощи не готовятся, не моются и не очищаются надлежащим

образом; вместе с водой из загрязненных источников; с грязными пальцами детей, которые играют прямо на земле, а затем берут грязные руки в рот.

Заболевание не передается напрямую от человека к человеку или от свежих фекалий, потому что яйца, выделяемые с фекалиями, становятся инфекционными лишь примерно через три недели созревания в почве. В связи с тем, что эти черви не размножаются в организме человека, повторное инфицирование происходит только в результате контакта с паразитами, находящимися на инфекционных стадиях развития в окружающей среде.

Существуют заболевания, личинки которых выводятся из яиц в почве и затем развиваются в формы, которые могут активно проникать через кожу. Заражение людей происходит главным образом, при ходьбе босиком по загрязненной земле.

Геогельминты приводят к нарушению состояния здоровья инфицированных людей разными путями. Черви питаются тканями человека, включая кровь, что приводит к потере железа и белка; усиливают синдром недостаточности всасывания питательных веществ. Кроме того, круглый глист может потреблять витамин А в кишечнике. Некоторые геогельминты могут также приводить к потере аппетита и, следовательно, к снижению уровня потребления питательных веществ и ухудшению физического состояния.

Более 270 миллионов детей дошкольного возраста и более 600 миллионов детей школьного возраста живут в районах с интенсивной передачей этих паразитов и нуждаются в лечении и профилактике.

В целях профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания:

- употреблять для еды только ту пищу, в качестве которой вы уверены;
- употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;

-желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;

-в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;

- овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком;

- перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом;

- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;

-запрещается организация и проведение экскурсий, других мероприятий (охота, рыбалка) в местах не обозначенных официальной программой.

-купание туристов разрешается только в бассейнах и специальных водоемах;

-запрещается лежать на пляже без подстилки, ходить по земле без обуви.

По возвращении из страны пребывания и в случае ухудшения состояния здоровья, следует обратиться к врачу, обязательно сообщив ему о месте вашего путешествия.

Будьте бдительны, берегите себя!