**О мерах профилактики описторхоза**

*11.05.2015 г.*

Рыба – ценный продукт питания, богатый источник самых разнообразных витаминов, употребление которых необходимо как взрослым, так и детям.

По биологической ценности белки рыбы не уступают белкам мяса и значительно легче перевариваются ферментами желудочно-кишечного тракта, хорошо усваиваются организмом человека. Но, к сожалению, рыба является не только очень полезным, но и может быть опасным продуктом. Через различные виды рыб можно заразиться гельминтозами.

**Описторхоз**является одним из самых опасных и распространенных глистных заболеваний, передающихся через рыбу.

Описторхоз выявляется в ряде европейский стран, странах Юго - Восточной Азии.

Две трети мирового ареала возбудителя приходится на территорию России, который простирается практически непрерывно от озера Байкал до западных границ Европы.

Ежегодно в Российской Федерации выявляется до 40 тысяч случаев описторхоза. Истинное число больных значительно превышает данные официальной статистики, так как поправочный коэффициент при данной инвазии достигает 15.

Наиболее интенсивные показатели заболеваемости описторхозом на 100 тысяч населения зарегистрированы на территории Западной Сибири - в Ханты-Мансийском (463,3), Ямало-Ненецком (227,1) автономных округах, Томской (157,9), Тюменской (131,1), Омской (103,9), Кемеровской (56,5),) областях.

Возбудителем является описторх (кошачья сибирская двуустка) плоской формы, ротовая полость, которого снабжена присосками. Размеры тела гельминта 1,0-1,2 см.

У человека, домашних и диких животных описторхисы паразитируют во внутренних желчных ходах печени, реже в протоках поджелудочной железы. Число паразитов может достигать до 40 тысяч экземпляров. Продолжительность жизни в организме человека десятки лет.

Заражение описторхозом происходит при употреблении рыбы семейства карповых: язь, елец, плотва, лещ, линь, красноперка, уклея, гольян, жерех.

*Через воду описторхозом заразиться нельзя!*

Инкубационный (скрытый) период при описторхозе составляет 2-4 недели.

Характер и степень проявления клинических симптомов зависят от интенсивности инвазии и длительности паразитирования, частоты повторных заражений, а также состояния иммунной системы человека.

В клинической течении болезни различают острую и хроническую стадию.

В острой стадии описторхоз протекает как острый аллергоз. Выявляются следующие признаки: повышение температуры тела, боли в животе, чаще в правом подреберье, различные кожные высыпания.

Для хронической стадии характерны явления холецистита с периодическими обострениями и ремиссиями. Больных беспокоят тяжесть и периодические возникающие боли в правом подреберье, эпигастрии, снижение аппетита, тошноту, вздутие живота, запор, либо жидкий стул с развитием дисбактериоза.

Меры личной профилактики просты: варить рыбу в течение 15 минут с момента закипания, жарить в распластанном виде и обязательно в жире до 20 минут, солить: мелкую рыбу в течение 14 дней, крупную (свыше 25 см.) в течение 40 суток с добавлением 2 кг соли на 10 кг рыбы.

**Помните, что описторхоз легче предупредить, чем лечить!**