**Методы профилактики энтеробиоза в семье**

**Острицы -** мелкие, достигающие в длину около 1 см, круглые черви белого цвета.Обитают эти паразиты в кишечнике человека, вызывая при этом заболевание **энтеробиоз. Яйца остриц**  попадают в окружающую среду от зараженного ребенка (реже от взрослого) обычно в ночное время, когда самки гельминтов выползают из анального отверстия и откладывают яйца на перианальных складках кожи. Питаясь за счет хозяина, они создают в его организме дефицит жизненно необходимых витаминов и микроэлиментов. Снижают иммунитет, удлиняют сроки лечения инфекционных и неинфекционных заболеваний, провоцируют различные аллергические проявления. Вызывают у ребенка беспокойство, капризность, раздражительность, нарушение сна.

Известно несколько способов заражения яйцами глистов:

* через руки при облизывании, приеме продуктов, которые держат руками;
* при проглатывании пыли;
* через постельное и нижнее белье, с которого яйца переносятся в рот;
* через игрушки и предметы быта;
* через почву, например, песок на детской площадке, и воду.

Ведущим направлением профилактики энтеробиоза у детей является соблюдение комплекса санитарно-гигиенические мероприятий.Результативность излечения напрямую зависит от того, насколько хорошо проводится санитарная обработка помещений и предметов пользования в семье.

*Для этого необходимо сделать следующее:*

1. Коротко остричь ногти и ежедневно утром и вечером очищать подногтевое пространство при помощи щетки, смоченной в мыльном растворе, соде или горчичном порошке.
2. Утром и вечером обмывание ануса должно сопровождаться применением мыла, руки после этого также должны быть тщательно помыты.
3. Каждый день, утром или вечером, следует проглаживать постельное белье. Делать это можно прямо на кровати. Конечно, менять его на чистое будет самым оптимальным вариантом, но, думается, не в каждой семье есть столько комплектов постельного белья, чтобы обеспечить каждую ночь всех членов семьи чистыми простынями, пододеяльниками и наволочками. Альтернативой обработки постельного белья является его проветривание на морозе или под прямыми солнечными лучами. Яйца остриц не выдерживают низких температур, как мы помним, и ультрафиолета.
4. Белье не просто стирается, но и кипятится, а затем проглаживается.
5. Нижнее белье также подвергается кипячению, а затем, вместе с юбками и брюками, проглаживается. Высокие температуры также губительны для яиц всех видов гельминтов, в том числе, остриц, как и низкие.
6. У каждого члена семьи должно быть свое полотенце. Это обычное для многих семей правило особенно строго должно соблюдаться при заражении острицами ребенка или взрослого.
7. В комнатах один раз в сутки проводится влажная уборка с применением моющих средств. Это необходимо, во-первых, для того, чтобы собрать пыль и локализованные в ней яйца остриц, во-вторых, чтобы лишить личинки защитного липкого слоя, при помощи которого они удерживаются на руках и других поверхностях.
8. Предметы обихода, которыми пользовались в течение последних двух недель, и игрушки также должны быть вычищены с применением стирального порошка и белизны. Хорошим очищающим действием обладают также марганцовка и горчичный порошок.
9. При очистке ковров и мягких игрушек пылесосом, одноразовый мусорный мешок в аппарате каждый раз заменяется новым, а постоянный – очищается при помощи моющих средств и белизны. Хорошо очищаются также щетки.
10. За маленькими детьми весь период лечения необходим повышенный уровень контроля. Следить нужно за тем, чтобы они не брали в рот игрушки и другие предметы, им руки чаще мылись, желательно всякий раз после контакта с полом. Всех членов семьи также следует попросить мыть чаще руки с мылом. После туалета руки моются в обязательном порядке.
11. Все фрукты и овощи моются в мыльном растворе или, что полезнее для здоровья, в воде с добавлением сухого горчичного порошка, соды или марганцовки. Морковь и другие корнеплоды, приобретенные у частных продавцов, или принесенные прямо с грядки тщательно очищаются при помощи металлической губки, моются и ошпариваются водой, если применяются в свежем виде.
12. Для питья используется только кипяченая вода или прошедшая хорошую фильтрацию.

Практика показывает, что соблюдая все условия, перечисленные выше, можно избавиться от инвазии острицами даже без применения лекарственных препаратов.

## Диагностика энтеробиоза и его вред для организма

Заподозрить наличие остриц позволяет, в первую очередь, зуд в анусе. Он чаще возникает в ночное время суток или вечером – это период активности оплодотворенных самок остриц. Ребенок, зараженный острицами, не может долго уснуть, просыпается среди ночи или имеет беспокойный ночной сон. Еще одним симптомом инвазии являются схваткообразные боли в животе.

Зуд возникает при движении червячков на выходе из прямой кишки, бывает нестерпимым и приводит к расчесыванию кожных покровов и слизистой заднего прохода. У девочек самка острицы может заползать в вульву и вызывать воспаление этого органа. Дети во много раз чаще взрослых страдают энтеробиозом.

В запущенных случаях при размножении остриц в большом количестве, погибающие в кишечной среде особи вызывают интоксикацию организма, которая проявляется в головных болях, отсутствии аппетита, раздражительности, потере иммунитета. Ребенок быстро устает, а плохой ночной сон добавляет к перечисленным проявлениям энтеробиоза снижение внимания и плохое настроение днем.

Постоянный дискомфорт в области мочеполовой системы может привести к ночному недержанию мочи и непроизвольной дефекации. Подводя итог, следует сказать, что даже незначительное количество паразитов этого вида в кишечнике доставляет ребенку и взрослому человеку очень неприятные ощущения и требует незамедлительных действий по лечению. Важным является и профилактика остриц при реинвазии.

## Источники инфицирования острицами

Известно несколько способов заражения яйцами глистов из семейства нематодозов:

* через руки при облизывании, приеме продуктов, которые держат руками;
* при проглатывании пыли;
* через постельное и нижнее белье, с которого яйца переносятся в рот;
* через игрушки и предметы быта;
* через почву, например, песок на детской площадке, и воду.

**Заражение острицами происходит через рот при проглатывании яиц, которые развиваются во взрослых особей уже в кишечнике. Яйца остриц после кладки способны заражать через четыре-шесть часов. Время полного вызревания яиц – около двух недель. Затем цикл повторяется: взрослые самки оплодотворяются и выходят в прямую кишку для откладывания яиц. Именно, в это время может произойти реинвазия, то есть, повторное заражение глистами через занос яиц в рот руками, с пылью, через нижнее и постельное белье.**

Если исключить самозаражение и повторное заражение от других людей, через продукты и предметы, которыми пользуешься, то от остриц можно избавиться и без приема лечебных препаратов. Но дело в том, что реинвазия – весьма частое явление. Именно поэтому так трудно избавить от [остриц, например, ребенка](https://parazity.club/lechenie/ostritsy-u-detej-simptomy-i-lechenie.html), который не может сам контролировать себя. Чтобы исключить энтеробиоз, профилактика стоит на первом месте.

Заражение через руки и белье, игрушки, предметы

При выходе самки в прямую кишку и далее к кожным складкам на выходе возникает неприятный зуд, который устраняется расчесыванием заднего прохода. Дети, особенно маленькие, не могут сами контролировать свои действия, а также сознательно поддерживать чистоту рук. Но при этом они тянут в рот игрушки, на которых могут быть уже яйца глистов. Речь идет об оценке ситуации взрослыми и строгом контроле над действиями ребенка, а также организации профилактических мероприятий по поддержанию в чистоте вещей и комнаты.

### Заражение через почву, воду, пыль

Заражение происходит не только через руки, вещи, игрушки. Яйца остриц выживают в течение двух недель в почве. Они могут закрепиться на корнеплодах, если почва была удобрена фекалиями из канализации или выгребной ямы не ранее, чем за две недели до снятия урожая.

В воде, куда они попадают из канализационной системы, выживаемость яиц гельминтов составляет 8 суток. В воздухе при комнатной температуре жизнеспособность яиц сохраняется в течение трех недель.