**Профилактика описторхоза**

**Описторхоз или как сохранить своё здоровье**

[Довольно частым продуктом на нашем столе является рыба. Но не каждый из нас задумывается, что этот вкусный и питательный продукт может стать причиной тяжелого хронического заболевания – описторхоз.](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B0%20%D1%81%20%D1%80%D1%8B%D0%B1%D0%BE%D0%B9&noreask=1&img_url=http%3A%2F%2Fiblog.milliyet.com.tr%2Fimgroot%2Fblogv7%2FBlog333%2F2011%2F09%2F12%2F22%2F275362-3-4-9e3a1.jpg&pos=23&rpt=simage&lr=55)

[**Описторхоз– паразитарное заболевание, вызываемое плоскими червями – описторхами. Поражает преимущественно печень, желчные пути и поджелудочную железу.**](http://images.yandex.ru/yandsearch?text=%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B0%20%D1%81%20%D1%80%D1%8B%D0%B1%D0%BE%D0%B9&noreask=1&img_url=http%3A%2F%2Fiblog.milliyet.com.tr%2Fimgroot%2Fblogv7%2FBlog333%2F2011%2F09%2F12%2F22%2F275362-3-4-9e3a1.jpg&pos=23&rpt=simage&lr=55)

Заболеваемость описторхозом распространена не повсеместно. В России наиболее мощный очаг этого заболевания сформирован в Обь-Иртышском бассейне, к которому относятся и реки Тюменской области. Заболеваемость жителей Тюменской области значительно превышает среднероссийские показатели (более чем в 10 раз). По уровню заболеваемости описторхозом населения Тюменская область занимает четвертое место в РФ после Томской области, Ханты-Мансийского и Ямало-Ненецкого автономных округов.

Ежегодно в области регистрируется около 4 тысяч инвазированных описторхами лиц (впервые выявленных). Не исключение и те районы области, где отсутствуют природные предпосылки к распространению заболевания. В этих районах периодически возникают спорадические случаи заболевания вследствие употребления зараженной рыбы, привезенной с эндемичных территорий.

Число больных не только не снижается, но и ежегодно увеличивается. С 2000г. удельный вес данного заболевания увеличился с 32% до 48% в 2012г. Болеют как взрослые, так и дети, в том числе от 0 до 2 лет.

Особенностью описторхоза является хроническое течение. В большинстве случаев развитие заболевания не сопровождается развитием острых симптомов. Зачастую больные описторхозом в течение длительного времени имеют другие диагнозы. Описторхоз является причиной развития аллергических заболеваний, хронических дерматозов (экзема, нейродермит), дисбактериозов, являются причиной развития бронхиальной астмы, снижают сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям. Самые опасные осложнения не леченного описторхоза – кисты поджелудочной железы, цирроз и злокачественные опухоли печени. По заключению Международного агентства по изучению рака, возбудитель описторхоза отнесен к первой группе канцерогенов.

Больные описторхозом дети отстают в физическом развитии, отличаются слабой нервной системой, что проявляется в повышенной раздражительности, быстрой умственной утомляемости.

Заражение описторхозом происходит только при употреблении в пищу сырой или недостаточно проваренной, прожаренной, просоленной рыбы семейства карповых (язь, лещ, плотва, сорога, вобла, линь, пескарь, гольян, красноперка, жерех, голавль, верховка, уклея, густера, чехонь, белоглазка, синец и другие). В каждой рыбе может содержаться до нескольких тысяч личинок.

Опрос больных описторхозом показал, что 48,5% больных пренебрегают, либо не знают правил термической обработки рыбы; 31,7% не соблюдают правила копчения рыбы; 19,4% не соблюдают правила посола и вяления рыбы, обеспечивающих ее обеззараживание; около 0,4% употребляют сырую рыбу.

Результаты исследования рыбы, выловленной в водоёмах Тюменской области, показали высокий удельный вес рыб семейства карповых, пораженных возбудителями описторхоза: язей – 89,4%, плотвы – 22%, леща – 10%.

Малосоленая или слабовяленная рыба, приготовленная в домашних условиях, основная причина заражения описторхозом. При такой обработке личинки сохраняют жизнеспособность в ней в течение 2-3 недель. Встречается употребление в пищу свежевыловленной и мороженной («строганинастречается употребление в пищу свежевыловленной и мороженной ()ечение 2-3 недель. ичина заражения описторхозом. хонь, белоглазк», «патанка») рыбы. Заразиться можно и при однократном употреблении обработанной рыбы. Иногда оказывается достаточным для заражения случайного попадания в пищу мелких кусочков рыбы, оставшихся на руках и кухонных предметах после разделки рыбы.

Для того чтобы уберечься от заражения описторхозом, следует строго соблюдать правила обработки рыбы:

ØЖарить рыбу мелкими кусками в течение 15-20 минут.

ØВарить не менее 15-20 минут с момента закипания воды с рыбой.

ØРыбные пироги выпекать не менее часа.

ØСолить, выдерживая в течение 14 суток, из расчета на 10 кг рыбы 2 кг соли.

ØВялить 3 недели с предварительным трехсуточным посолом.

ØНельзя пробовать сырой рыбный фарш, а также рыбу во время посола, вяления.

ØРазделочные доски и ножи после обработки рыбы нужно обязательно вымыть с мылом и ошпарить кипятком.

ØЗамораживание при температуре минус 28оС убивает личинок через 41 час, при температуре минус 35оС – через 10 часов. При хранении рыбы в морозильной камере бытового холодильника личинки остаются жизнеспособны в течение месяца.

Важную роль в подтверждении диагноза имеет лабораторное исследование кала или желчи. При появлении признаков заболевания обязательно обращайтесь к врачу. В настоящее время медицина располагает хорошими средствами для лечения описторхоза.