**ПРОФИЛАКТИКА ЭНТЕРОБИОЗА**

Энтеробиоз – глистное заболевание, возбудителем которого является тонкий гельминт белого цвета «острица».

Это заболевание широко распространено, но чаще всего им болеют дети. Они становятся капризными, раздражительными, теряют аппетит, худеют. По ночам беспокойно спят, плачут, скрипят зубами во сне, жалуются на зуд и жжение в области заднего прохода и промежности. Это происходит, потому что в ночное время самки гельминтов выползают из анального отверстия и откладывают яйца вокруг него, на бедрах, ягодицах, промежности, у девочек острицы могут проникнуть в половые органы и вызывать вульвовагинит.

Источником энтеробиоза является больной, зараженный острицами и рассеивающий их яйца во внешнюю среду. Хотя острицы и живут в организме человека всего 3 – 4 недели, болезнь у детей может быть довольно продолжительной, так как из-за плохо соблюдаемых гигиенических правил происходит самозаражение.

При расчесывании зудящих мест яйца прилипают к пальцам, попадают под ногти и с загрязненных рук могут попасть на пищевые продукты или непосредственно в рот и вызвать повторное заражение. С тела яйца остриц попадают на постельное и нательное белье. Яйца с постельных принадлежностей при уборке, а также с тела больного могут попасть на пол и предметы обихода. Заражение происходит при непосредственном контакте с больными и через загрязненные яйцами остриц предметы и продукты питания.

Профилактика заражения энтеробиозом заключается в выполнении следующих правил:

* соблюдать правила личной гигиены;
* своевременно стричь ногти и при каждом мытье рук тщательно очищать подногтевые пространства;
* отучать детей от привычки брать в рот пальцы, игрушки, грызть ногти;
* по утрам и вечерам обмывать водой с мылом промежность, задний проход и бедра ребенка, менять трусики;
* очень важно одевать трусики на ночь, так как это предохраняет от загрязнения и расчесов пальцами промежности, а также от попадания яиц остриц на постельное белье;
* на ночь в область заднего прохода нужно закладывать небольшой тампон ваты, смазанный вазелином. Это предупредит выползание остриц и обсеменение яйцами тела и белья больного;
* постельное белье проглаживать горячим утюгом;
* часто менять постельное белье, стирать при температуре не ниже 60°С;
* следить за чистотой в квартире, проводить уборку с пылесосом, а также влажную уборку с использованием моющих средств;
* мыть и обрабатывать пылесосом детские игрушки;
* перед употреблением тщательно мыть зелень и овощи;
* в рацион питания следует включать морковь, землянику, гранатовый сок, грецкие орехи, чеснок, чай из зверобоя, которые способствуют очищению организма от гельминтов.

Так как заражение окружающих происходит при непосредственном контакте с больным, а также через загрязненные яйцами остриц предметы обихода, то считается необходимым проведение обследования на энтеробиоз тех людей, которые находятся рядом с зараженным человеком (особенно членов семьи).

*Помните! При заболевании энтеробиозом необходимо немедленно обратиться к врачу. Только при соблюдении всех его рекомендаций можно достичь полного излечения болезни. Самолечение недопустимо!*