

**Информационно-методические материалы и рекомендации по  
проведению мероприятий в образовательных организациях  
по профилактике паразитарных заболеваний**

*Авторы: Углицкая М.А., к.п.н., доцент, заведующий  
лабораторией воспитания и социализации  
АОУ ВО ДПО «ВИРО»  
Моисеева И.В., методист лаборатории  
воспитания и социализации  
АОУ ВО ДПО «ВИРО»*

Паразитарные заболевания продолжают оставаться актуальной проблемой на территории Вологодской области. Ежегодно регистрируется 6,7-7,6 тыс. заболевших паразитарными болезнями. В структуре инфекционной и паразитарной заболеваемости (без учета гриппа и ОРВИ) паразитозы ежегодно составляют 18-20%. Среди всех паразитарных заболеваний на территории области преобладают контактные гельминтозы (глистные инвазии: энтеробиоз, токсокароз, описторх, дифиллоботриоз – 60-63%) и около 30% составляют протозоозы (лямблиоз и криптоспоридиоз).

В связи с этим важно привлечь внимание педагогов, родителей и обучающихся к вопросам профилактики паразитозов, в частности, гельминтозов, передающихся человеку при употреблении в пищу сырого, полусырого или слабо термически обработанного мяса или рыбы, зараженных гельминтами, а также через почву и воду.

В образовательных организациях мероприятия, направленные на профилактику паразитарных заболеваний, предусматривают получение обучающимися и их родителями базовых знаний, необходимых для формирования потребности в здоровом образе жизни, соблюдении личной гигиены и профилактики заболеваний. Ниже приведена информация, которую можно использовать при отборе содержания профилактических мероприятий, а также для размещения на официальном сайте организации.

Мероприятия рекомендуется проводить на классных часах и родительских собраниях в форме лекций, бесед с использованием интерактивных методов, групповой работы, при необходимости – индивидуальных и групповых консультаций. При подготовке и проведении мероприятий необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся, их субъектный опыт, особенности семей и семейного воспитания.

Целесообразно привлечь обучающихся и родителей к подготовке и проведению мероприятия. Распределяя поручения между ними, важно дать возможность самим выбрать задания с учетом собственных интересов, умений, качеств и т. п.

Рекомендуется для проведения мероприятия пригласить медицинского работника, а также опираться на имеющиеся положительные результаты проведенной им ранее профилактической работы.

Желательно использование технических средств (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (презентаций, таблиц, схем, фотографий и др.).

### **Примерные темы внеклассных мероприятий:**

1-4 классы:

- «В гостях у Майдодыра»;
- «Мойте руки перед едой»;
- «Правила общения с нашими «младшими друзьями».

5-11 классы:

- «Как уберечься от паразитов»;
- «Личная гигиена как профилактика паразитарных заболеваний»;
- «Безопасные путешествия - это возможно!».

## **Паразитозы и их профилактика**

Паразиты (от греч. *parasitos* — нахлебник, тунеядец) — низшие растительные и животные организмы, живущие снаружи или внутри другого организма (хозяина) и питающиеся за его счет. Паразиты возникли в процессе исторического развития организмов из свободно живущих форм. Приспособление их к определённым условиям жизни повлекло упрощение их организации, развитие специальных органов фиксации, усиленное развитие половых органов, аноксибиотическое дыхание, дающее возможность существовать в бескислородной среде.

К паразитам относятся многие гельминты, грибки, вирусы, простейшие, черви, ракообразные, паукообразные, насекомые. Хозяевами паразитов могут быть бактерии, простейшие, растения, животные и человек. Паразиты проходят сложный цикл развития: иногда им требуется смена 2-3 хозяев, организм которых является промежуточным (гельминт проходит личиночные стадии) или окончательным (гельминт становится половозрелым, инвазионным). Паразиты вызывают ослабление и истощение организма хозяина, вызывают ряд заболеваний.

Именно паразитозы (вызываемые простейшими, гельминтами) могут быть пусковым механизмом для многих хронических заболеваний: холецистит, желчекаменная болезнь, панкреатит, колит, сахарный диабет, бронхиальная астма, атонический дерматит. Хроническая усталость, раздражительность и тревожность, гиперактивность у детей, анемия, ломкие ногти и волосы, проблемная кожа, головные боли, расстройства аппетита, снижение иммунитета - это могут быть сигналы текущего паразитоза.

При длительном пребывании паразитов в организме человека сильно страдает иммунная система. В процессе постоянной борьбы с чужеродными антигенами, она приходит к истощению, то есть к развитию вторичного иммунодефицита. Паразитоз ведет к гиповитаминозу, истощению запасов микроэлементов: калия, меди, марганца, селена, цинка, магния, кремния;

нарушению кроветворения, гормональному сбою, нарушается проницаемость сосудов, страдает противораковая защита организма.

## **Классификация и основные виды паразитов**

### По распространению:

- Убиквитарные — встречаются везде.
- Тропические — распространены в тропических климатических зонах.

### В зависимости от локализации:

- Просветные — проживающие в полости кишечника и других полостях человека (например, аскариды, лентецы).
- Тканевые — обитающие в тканях (шистоматозы, эхинококкозы).

## **Приспособительные свойства паразитов**

- большая продолжительность жизни (паразиты живут в организме годами, а иногда столько, сколько живет хозяин паразита);
- способность подавлять или видоизменять иммунный ответ организма-хозяина (возникает состояние иммунодефицита, создаются условия для проникновения патогенных агентов извне, а также - для «растормаживания» внутренних очагов инфекции);
- многие виды паразитов, попадая в пищеварительный тракт, выделяют антиэнзимы, что спасает их от гибели; при этом у человека нарушается процесс пищеварения, появляются различные по тяжести токсико-аллергические реакции: крапивница, бронхиальная астма, атопический дерматит;
- стадийность развития (яйцо, личинка, смена хозяев);
- способность яиц годами сохраняться во внешней среде;
- половое размножение, при котором происходит обмен генной информацией, а это уже высшая стадия развития, приводящая к усилению гетерогенной популяции, то есть паразиты становятся менее уязвимыми;
- отсутствие методов иммунопрофилактики, так как иммунный ответ слабый и нестойкий;
- широкое распространение паразитов, множество сред обитания (вода, почва, воздух, растения и животные).

## **Способы проникновения в организм.**

Заразиться паразитозом можно через грязные руки, но не только. Важно знать, что шерсть животных — это переносчик яиц глистов (токсокар, эхинококков), лямблий. Яйца гельминтов, упавшие с шерсти, сохраняют жизнеспособность до 6 месяцев и через пыль, игрушки, ковры, нательное и постельное белье и руки попадают в пищевой тракт. Блохи собак также переносят яйца глистов. Яйца аскариды попадают в организм через плохо мытые овощи, фрукты, ягоды, зелень, грязные руки, а также разносятся мухами.

Неправильно приготовленный шашлык или домашнее сало - это путь заражения трихинеллезом; плохо просоленная рыба, икра или «строганина» — описторхоза и лентеца широкого.

В целом выделяют несколько путей попадания паразитов в организм:

- алиментарный (через зараженную пищу, воду, грязные руки);
- контактно-бытовой (через предметы домашнего обихода, от зараженных членов семьи, домашних животных);
- трансмиссивный (через кровососущих насекомых);
- перкутантный, или активный (при котором личинка проникает через кожу или слизистые оболочки во время контакта с зараженной почвой, при купании в открытых водоемах).

### **Признаки заражения паразитами**

Чаще всего о заражении паразитами приходится догадываться по косвенным признакам, появляются такие симптомы, как:

- слюнотечение,
- тошнота,
- снижение аппетита или патологическое его усиление,
- схваткообразные боли вокруг пупка или без определенной локализации, появляющиеся вне зависимости от приема пищи,
- расстройства стула (поносы, запоры),
- повышенная утомляемость,
- частые головные боли или головокружения,
- аллергии, особенно на пищу,
- бледность и синева под глазами,
- повышенная возбудимость ребенка вечером,
- беспричинные капризы,
- плохое засыпание и плохой ночной сон, сопровождающийся вскриканиями, пробуждениями, «ерзанием», скрежетом зубов.
- повышение температуры тела без видимой причины.

**Лечение паразитозов необходимо проводить в соответствии с назначениями и под наблюдением врача!**

### **Профилактика паразитозов**

Вот несколько правил, которым нужно следовать, чтобы не допустить проникновения в организм паразитов:

- Не рекомендуется пить воду из природных источников и в незнакомой местности;
- Нельзя есть немытые овощи и фрукты, а также сырье или слабо термически обработанные мясо и рыбу;
- Целесообразно беречься от комаров, клещей и других кровососущих насекомых, которые могут быть носителями паразитов.

Необходимо пользоваться специальными средствами защиты от них, а в местах, где их много, носить брюки и рубашки с длинным рукавом;

- Перед поездкой в некоторые страны необходимо сделать прививки от тифа, чумы, тропической лихорадки и других инфекционных болезней. Отправляясь в места, где встречается малярийный комар, нужно принимать антималярийные таблетки. Собираясь в длительный поход, где могут быть клещи, важно заранее сделать прививку от клещевого энцефалита;
- Нельзя обнимать и целовать собак, кошек и других домашних животных. Важно заботиться о здоровье домашних любимцев — проводить им курсы дегельминтизации;
- Рекомендуется соблюдать правила личной гигиены, поддерживать чистоту дома и образовательном учреждении.

### **Рекомендуемые электронные ресурсы**

1. Васильев В.В. Глистные инвазии человека// Вестник инфектологии и паразитологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа:  
<http://www.infectology.ru/Forall/glist.aspx> - Загл. с экрана. (Дата обращения: 02.12.2014.)
2. Киселев В.С., Белозеров Е.С., Змушко Е.И. Распределение паразитарной заболеваемости по территории Российской Федерации [Электронный ресурс].-Режим доступа: <http://www.rusmedserv.com/misc/rapredelenie---parazitarnoy-zabolevaemosti-po-territorii-rossiyskoy-federatsii.html> - Загл. с экрана. (Дата обращения: 02.12.2014.)
3. СанПиН 3.2.569-96. Профилактика паразитарных болезней на территории Российской Федерации//Профилактика паразитарных болезней на территории Российской Федерации: Санитарные правила и нормы. - М.: Информационно-издательский центр Минздрава России, 1997. [Электронный ресурс].-Режим доступа: [http://www.opengost.ru/iso/11\\_gosty\\_iso/11020\\_gost\\_iso/2928-sanpin-3.2.569-96-profilaktika-parazitarnyh-bolezney-na-territorii-rossiyskoy-federacii.html](http://www.opengost.ru/iso/11_gosty_iso/11020_gost_iso/2928-sanpin-3.2.569-96-profilaktika-parazitarnyh-bolezney-na-territorii-rossiyskoy-federacii.html) - Загл. с экрана. (Дата обращения: 02.12.2014.)