**Профилактика лямблиоза.**

**Лямблиоз (гиардиаз)**— *заболевание, вызываемое простейшими — лямблиями, паразитирующими в тонком кишечнике*.

Данное паразитарное заболевание протекающее в виде латентного (скрытого) паразитоносительства или с незначительными кишечными проявлениями, было впервые описано в 1859 г Д.Ф.Лямблем.

Лямблиоз распространен повсеместно, особенно в странах с низким уровнем санитарной культуры. Ежегодно данным заболеванием заражаются более 200 млн. человек. В странах с тропическим и субтропическим климатом зараженность достигает 15% населения. В России ежегодно регистрируются более 150 тыс. случаев заболевания, при этом подавляющее большинство – дети до 14 лет. В Чувашской Республике в 2023 году зарегистрировано 626 случаев лямблиоза, за 2 месяца 2024 – 114 случаев.

Лямблии передаются фекально-оральным путем, через зараженные бытовые предметы, игрушки, рукопожатия.

Особенно высокий риск заражения имеют члены одной семьи, детские коллективы.

Часто регистрируются случаи заболевания лямблиозом, связанные с употреблением питьевой воды из источников нецентрализованного водоснабжения сомнительного качества (родники, колодцы).

Анализ заболеваемости лямблиозом показывает, что зараженность детей сельских поселений значительно превышает соответствующие показатели городов.

Нередко, наблюдается и завозные случаи лямблиоза – заболевание регистрируется у людей, которые отдыхали в странах с низким качеством питьевой воды.

Лямблии - это одноклеточные микроорганизмы, которые активно передвигаются благодаря наличию четырех пар жгутиков. В передней части лямблий располагается присасывательный диск, который служит для прикрепления паразита к поверхности кишечника. Они быстро размножаются (делятся) и способны в течении короткого срока увеличить свою численность до 1000000 на 1 см2.

В конечных отделах тонкой кишки лямблии утрачивают жгутики и выделяются с фекалиями больного в больших количествах.

Лямблиоз может протекать бессимптомно, в этом случае заболевание выявляется случайно, после проведения лабораторных исследований.

Клинически заболевание проявляется умеренными болями в животе, вздутием живота, тошнотой, изжогой, расстройством стула. У человека, зараженного лямблиями, могут наблюдаться повышенная утомляемость, нарушение аппетита, снижение массы тела, бледность кожных покровов, мышечные подергивания.

В случае гибели лямблий, продукты их распада всасываются из кишечника и способствуют возникновению различных форм аллергических реакций: кожного зуда, крапивницы, бронхиальной астмы.

Значительную роль в развитии заболевания играет состояние слизистой оболочки тонкой кишки и кислотность желудочного сока. У людей с пониженной кислотностью желудочного сока, нарушением слизистой оболочки кишечника, риск заражения лямблиозом, а также тяжесть клинических проявлений возрастают.

Установить диагноз и назначить лечение лямблиоза может только лечащий врач, после проведения лабораторной диагностики.

Иммунитет после перенесенного заболевания нестойкий, возможно повторное заражение.

**Профилактика лямблиоза:**

* соблюдение личной гигиены (тщательное мытье рук перед едой и приготовлением пищи, после туалета и возвращения с улицы);
* употребление гарантированно безопасной воды и напитков (кипяченая вода, напитки в фабричной упаковке);
* употребление в пищу термически обработанных продуктов, тщательное мытье овощей, фруктов, ягод, зелени и других продуктов, их обработка кипятком перед едой;
* обследование и лечение цистоносителей и больных лямблиозом. Это особенно актуально для членов семьи, где выявлен больной лямблиозом и для детских коллективов.

**Выполнение этих несложных правил снизит риск заражения лямблиями и сохранит Ваше здоровье и здоровье Ваших близких!**

Врач-эпидемиолог

Филиала ФБУЗ «Центр гигиены

и эпидемиологии в ЧР – Чувашии в г. Новочебоксарске» Мочалова К.А