

БОЛЕЗНЬ, КОТОРУЮ ЛЕГЧЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЧЕМ ЛЕЧИТЬ (или еще раз об описторхозе)

*ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»*

Реки и озера Тюменской области богаты рыбой. Являясь ценным продуктом питания, она может передавать тяжелое заболевание – ОПИСТОРХОЗ.

Описторхоз – это болезнь, вызываемая небольшими плоскими червями (гельминтами). Они живут в печени, поджелудочной железе, желчном пузыре человека и ряда домашних и диких животных (кошки, собаки, водяной полевки, лисицы, ондатры).

Больной человек или животное с испражнениями выделяют яйца, которые различными путями попадают в водоемы, где их заглатывают моллюски. Развившиеся из яиц личинки, покидают тело моллюска, и выходят в воду, где они внедряются в рыбу через ее кожу. Личинки очень малы и не могут быть обнаружены невооруженным глазом.

Личинками описторха заражены не все виды рыб, а только семейства карповых. Это язь, плотва (чебак), елец, лещ, линь, голян, пескарь, верховка. Зараженность карпа, сазана, карася не доказана.

Человек заражается описторхозом при употреблении в пищу рыбы семейства карповых в необезвреженном виде: недоваренном, недостаточно прожаренном, слабосоленом, недоявленном, а также сыром виде. Опасно опробование сырого рыбного фарша. Нередко рыбаки, находясь на рыбалке, едят только что выловленную рыбу в слегка подсоленном виде, а дети обжаривают на костре на прутиках мелкую рыбешку.

Описторхозом болеют и взрослые, и дети. Основными жалобами больных являются боли в области печени, желудка, тошнота, иногда рвота. Может наблюдаться головная боль, слабость, плохой сон, боли в области сердца. Без лечения самочувствие людей с возрастом может ухудшаться. Случаев самоизлечения не наблюдается.

Описторхоз – это болезнь, которую легче предупредить, чем лечить и бороться с последствиями ее влияния на организм. К, сожалению, вокруг описторхоза витает немало «легенд»: возможность заражения через воду, от больной кошки, при употреблении карася, сырца, щуки и других видов рыб, о вреде лечения. Все это не имеет никакого научного обоснования.

Помните! Чтобы не заразиться описторхозом, следует соблюдать следующие правила обработки рыбы:

- варить рыбу (крупную резать на куски) 15-20 минут с момента закипания;
- жарить небольшими кусками в распластанном виде (а также котлеты из рыбы) в течение 15-20 минут в большом количестве жира;
- выпекать рыбные пироги не менее 60 минут;
- солить из расчета 2 кг соли на 10 кг рыбы не менее двух недель;
- вялить только мелкую рыбу в течение трех недель после предварительного трехдневного посола из расчета 2 кг соли на 10 кг рыбы; или вяление по вкусу после посола в течение двух недель;

- замораживание в бытовых холодильниках не обеспечивает обеззараживания из-за стабильной и недостаточно низкой температуры. Личинки гибнут при температуре в теле рыбы минус 28°C в течение 32 часов, при минус 35°C – 14 часов;
- не следует употреблять в пищу сырую рыбу, слабого и кратковременного посола и сырой рыбный фарш;
- тщательно промывать разделочные доски, столы, ножи после разделки рыбы.

Как видите, правила профилактики очень просты и легко выполнимы. Следуйте им и вы предохраните себя от опасного заболевания!