**Гельминты,** или глисты, - это паразитические черви, которые живут в организме человека, нанося при этом существенный вред здоровью, особенно если это неокрепший детский организм.

В Беларуси встречается свыше десятка опасных для человека видов гельминтов, но наиболее распространенным глистным заболеванием считается энтеробиоз.

**Чем опасны гельминты:**

* питаясь за счет хозяина, они создают в его организме дефицит жизненно необходимых витаминов и микроэлементов;
* снижают иммунитет, удлиняют сроки лечения инфекционных и неинфекционных заболеваний, провоцируют аллергические проявления;
* вызывают у ребенка беспокойство, капризность, раздражительность, нарушение сна, отставание в умственном и физическом развитии, неблагоприятно сказываются на учебе школьников и т. д.

**Энтеробиоз** вызывают мелкие паразитические черви – острицы. В длину они не превышают 1 см. Один конец червя обычно заострен, а другой – закруглен. Цвет остриц может варьировать от белого и желтоватого до почти черного. Эти черви ведут ночной образ жизни: в темное время суток самки выползают в прямую кишку, а оттуда на кожу вокруг ануса, откладывают яйца в складках кожи и сами погибают. Средняя продолжительность жизни острицы – полтора месяца.

Характерной особенностью энтеробиоза является сильный зуд в области заднего прохода и промежности. Усиливается он ночью и в состоянии покоя. Этот зуд вызывает произвольное расчесывание и загрязнение яйцами паразита рук, нательного и постельного белья, а впоследствии – предметов обихода, игрушек, продуктов питания и прочих предметов.

**Пути попадания паразитов в организм:**

**-алиментарный** – через зараженную пищу, воду, грязные руки;

**-контактно-бытовой** – через предметы домашнего обихода, от зараженных членов семьи, домашних животных;

**-активный** – при котором личинка проникает через кожу или слизистые оболочки во время контакта с зараженной почвой, при купании в открытых водоемах.

Заражению здорового ребенка, находящегося в одном коллективе или помещении с больным, способствуют вредные привычки (обгрызание ногтей, держание во рту пальцев, игрушек), а также несоблюдение правил личной гигиены.

*От остриц легко излечиться, если строго соблюдать санитарно-гигиенические правила:*



1. Вымывшись, сменить нательное и постельное белье. Верхнюю одежду (юбку, брюки, платье) тщательно прогладить горячим утюгом. Грязное белье перед стиркой обязательно прокипятить.
2. Проглаживать горячим утюгом постельное белье (простыни, пододеяльники, наволочки и одеяло).
3. В течение месяца спать в трусах, стянутых на бедрах резинками. Это препятствует рассеиванию яиц остриц и предупреждает повторное заражение. Трусы ежедневно менять и проглаживать горячим утюгом.
4. Следить за чистотой рук, мыть руки с мылом перед приемом пищи, после посещения туалета. Не допускать скопления грязи под ногтями, коротко остригать их.
5. Весь период лечения спите в отдельной постели. Не укрывайтесь одеялом с головой. Это может привести к повторному самозаражению.
6. Тщательно очищайте обувь от грязи. Следите за чистотой своего жилища, уборку проводите только влажным способом, половые тряпки после проведения уборки кипятите.
7. Не допускайте запыления пищевых продуктов, не подвергающихся повторной обработке, оберегайте их от мух и мышевидных грызунов.
8. Столовую и чайную посуду, а также ножи, вилки и ложки после мытья ошпаривайте кипятком.
9. Не употребляйте в пищу немытых овощей, фруктов, ягод.
10. Одновременно должны быть пролечены все члены семьи.

**Помните, что успех лечения полностью зависит от соблюдения и выполнения этих правил.**

