**ЛЯМБЛИОЗ У ДЕТЕЙ**

*(памятка для родителей)*

По данным Всемирной организации здравоохранения, в России регистрируется около 120 тысяч случаев лямблиоза  в год, из которых более 70% приходится на детей в возрасте до 14 лет.

**Лямблиоз** – паразитарное заболевание, вызываемое простейшими (лямблиями) и характеризующееся расстройствами функции пищеварительной системы.

Лямблии – единственный вид простейших, которые обитают и размножаются в просвете тонкой кишки человека и могут длительно существовать в организме. Цисты лямблий устойчивы к действию дезинфицирующих веществ, поэтому используемые для очистки воды концентрации хлора не оказывают на них губительного действия. Также не эффективны и бытовые фильтры, так как поры, через которые идет фильтрация воды,  превышают размеры цист. Источником заражения является только человек, зараженный лямблиями. Цисты лямблий выделяются с испражнениями и могут длительно сохраняться во внешней среде.

**Пути распространения возбудителя:**

**Водный** – может вызывать вспышки лямблиоза при попадании воды в ротовую полость при купании или употреблении воды из водопроводного крана, открытых водоемов.

**Контактно-бытовой** – наибольшее значение имеет в детских учреждениях через игрушки, ковры, туалеты, полы. Наиболее интенсивный подъем заболеваемости отмечается в течение первых 3-6 месяцев от начала посещения детского учреждения.

**Пищевой** – наиболее редкий путь передачи. Заражение происходит при употреблении сырых продуктов, особенно немытых плодов, так как почва является дополнительным фактором передачи лямблиоза, особенно в сельской местности. Дети до 9 лет заболевают лямблиозом в 2-3 раза чаще.

Высокая восприимчивость к лямблиям у детей обусловлена особенностями функции пищеварения в этом возрасте, недостаточной степенью иммунитета, отсутствием у детей навыков общественной и личной гигиены, преобладанием в рационе питания углеводов, широким употреблением низкосортной импортной продукции с высоким содержанием  консервантов, красителей, вкусовых добавок, оказывающих повреждающее действие на слизистую оболочку кишечника.

Лямблиоз может проявляться тошнотой, вздутием и урчанием в животе, учащением стула бледного цвета с примесью слизи. При приеме пищи часто возникают отрыжка, изжога, боли в животе вокруг пупка, отдающие вправо. Потеря массы тела при лямблиозе у детей быстро восстанавливается после лечения.

Однако, наиболее распространено бессимптомное течение лямблиоза, когда возбудитель заболевания обнаруживается при лабораторном исследовании кала или дуоденальном зондировании.

Для того, чтобы лямблиоз не приобрел затяжное течение с расстройством функции желудочно-кишечного тракта и истощением организма очень важно строго выполнять все лечебные назначения врача.

Регулярное ежегодное обследование детей и своевременное лечение при обнаружении лямблий -  важная мера профилактики распространения лямблиоза в детских коллективах и в семье.

Выявление заболевания у одного из членов семьи становится поводом обследования и санации всех родственников.

Кроме того, большое значение имеют социально-гигиенические мероприятия: а)  правильное сбалансированное питание с достаточным употреблением белковых продуктов (мяса, рыбы, яиц, кисломолочных продуктов), без избытка легкоусвояемых углеводов;

б) отказ от пищевой продукции с высоким содержанием вкусовых добавок, консервантов, красителей;

в) использование для питья кипяченой воды;

г)  соблюдение мер личной гигиены: применение индивидуальной посуды и туалетных принадлежностей в семье;  одноразовых полотенец и посуды в местах общественного пользования, при выезде на загородный отдых, на дачных участках; ополаскивание посуды, овощей и фруктов кипяченой водой после мытья; отвыкание от привычек грызть ногти, брать в рот предметы;

д) запрет на купание в водоемах с застойной, непроточной водой;

е) проведение дополнительного обеззараживания воды в бассейнах, концентрация остаточного свободного хлора должна быть в пределах 0,3-0,5 мг/литр, остаточного связанного в пределах 0,8-1,2 мг/литр.

Если ребенок заражен лямблиями, он чаще болеет пневмониями, бронхитами, отитами, ангинами, стоматитами и др. инфекционными и неинфекционными заболеваниями. На фоне лямблиоза могут оказатьтся малоэффективными проводимые профилактические прививки. В то же время родителям следует помнить, что в первую очередь лямблиоз возникает у детей с хроническими заболеваниями органов пищеварения, пищевыми и лекарственными аллергиями, хроническими очагами инфекции носоглотки, страдающих аллергическим дерматитом, ринитом, частыми острыми респираторными вирусными инфекциями, анемиями. Лечение основного заболевания у них также является профилактической мерой, направленной на борьбу с лямблиозом.