

DRODZY RODZICE DOBRZE WIEDZIEĆ

Lamblioza - profilaktyka, czyli przestrzeganie zasad higieny:

- często i dokładnie myć ręce i uczyć dziecko, by nie zaniedbywało tej czynności przed jedzeniem, po wyjściu z toalety, po zabawie w piaskownicy i ze zwierzętami;
- myć owoce i warzywa, także te, które będą obierane;
- nie pić wody z nieznanego źródła, np. studni wywierconych niezgodnie z obowiązującymi przepisami, miejskich wodotrysków, fontann i wszelkich miejsc, na których nie ma informacji o tym, czy woda nadaje się do spożycia;
- dbać o czystość w toalecie – do dezynfekcji używajmy preparatów, które mają w składzie związki chloru (np. domestos), można też zastosować zwykłe wybielacze do bielizny (np. ace) lub roztwór chloraminy, przeznaczony do uzdatniania wody w akwariach (do kupienia w sklepach zoologicznych);
- często zmieniać pościel i ręczniki;
- starać się, by dzieci nie spały w jednym łóżku i nie kąpały się razem, zwłaszcza jeśli jedno z nich choruje na lambliozę.

Najczęstsze objawy zakażenia lambliami

- rozlane bóle brzucha, najczęściej w prawym podżebrzu, występujące po jedzeniu (ale nie jest to regułą),
- bóle głowy,
- uczucie zmęczenia, bezsenność,
- cuchnące stolce z niestrawionymi resztkami pokarmu,
- wysypki,
- stany podgorączkowe,
- biegunki.

Przyczyny lambliozy

Lamblie dostają się do organizmu drogą pokarmową, po zjedzeniu zanieczyszczonych lambliami produktów (m.in. za ich roznoszenie są odpowiedzialne muchy) lub wypiciu skażonej wody. Pasożyta dziecko może też przenieść do układu pokarmowego na nieumytych rękach, np. po wyjściu z toalety lub kontakcie z zakażonymi zwierzętami.

Glista ludzka, profilaktyka, czyli przestrzeganie zasad higieny:

- przestrzegając podstawowych zasad higieny osobistej i żywienia
- myjąc jarzyny i owoce przeznaczone do spożycia
- poprzez picie przegotowanej wody
- uczulając **dzieci, aby myły ręce przed jedzeniem**, zwłaszcza po każdej zabawie z rówieśnikami oraz po skorzystaniu z toalety
- odrobaczanie domowych zwierząt
- kuracja z zastosowaniem ziół
- pranie i prasowanie bielizny osobistej, pościeli
- gruntowne wietrzenie lub pranie koców, narzut, dywanów
- **obcinać dzieciom paznokcie**
- po każdej defekacji (oddaniu stolca) oczyścić okolicę odbytu mokrą ściereczką lub przemyć pod bieżącą wodą.

Objawy obecności glisty w ludzkiej w organizmie:

- nadpobudliwość nerwowa;
- uporczywy ból gardła;
- kłopoty ze snem;
- bóle w różnych obszarach brzucha (nie zawsze mające związek z jedzeniem);
- wzdęcia lub uporczywe zaparcia i tzw. kruczenia w obrębie jelit;
- duszność (podczas spoczynku lub wysiłku);
- redukcja masy ciała;

Glista ludzka - jak dochodzi do zakażenia?

Do zakażenia dochodzi drogą pokarmową - najczęściej w wyniku nieprzestrzegania zasad higieny osobistej, zwykle braku nawyku mycia rąk (m.in. po wyjściu z toalety). Źródłem zakażenia mogą być też niedomyte owoce lub warzywa, na których znajduje się jaja lub picie wody podczas kąpieli w stawie czy jeziorze. Na ryzyko spożycia jaj zawierających larwy glisty ludzkiej narażone są zwłaszcza dzieci, które nie mają jeszcze wyrobionych nawyków higienicznych i wkładają do buzi brudne przedmioty z ziemi. Jaja mogą być też przyniesione do domu na butach, zabawkach, kółkach wózków. W tym przypadku mogą pozostawać na podłogach i dywanach.