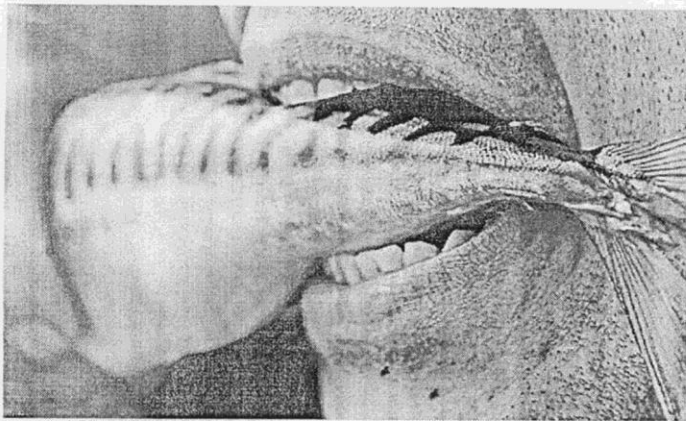


Меры профилактики описторхоза

Заражение человека и животных описторхозом происходит при употреблении в пищу рыбы в сыром виде, при недостаточной термической обработке рыбы, недосоленной рыбы, содержащей метацеркарий гельминта. Для профилактики описторхоза важно знать и соблюдать правила кулинарной обработки и приготовления рыбных блюд, эти навыки помогают полностью избавиться от жизнеспособных личинок, а следовательно, полностью исключить возможность заражения описторхозом.

Описторхоз в рыбе: как избежать заражения



Хорошо проваренная рыба практически не может служить источником заражения описторхозом. При проведении полного цикла засолки рыбы готовый продукт также может считаться безопасным. Если вес рыбы не превышает 10–15 г и вся рыба густо пересыпана солью, то личинки двуустки полностью погибают на 3–4 суток, если вес рыбы превышает один килограмм, то гибель паразитов происходит через 10 суток. В процессе холодного копчения нет никакой гарантии относительно безопасности

продукта, тем не менее от возбудителей заболевания можно избавиться, посолив предварительно рыбу в крепком рассоле. Метацеркарии паразитов проявляют устойчивость к низким температурам: так, при -2°C личинки в мелкой рыбе гибнут только на четвертые-пятые сутки, крупная рыба считается безопасной для дальнейшего использования только после двух-трех недель воздействия низких температур. При температуре $-23-25^{\circ}\text{C}$ личинки погибают спустя 72 часа; если температура заморозки ниже -30°C , то для полного уничтожения личинок возбудителя понадобится не менее шести часов. В рыбе, замороженной при температуре ниже -40°C , личинки гибнут спустя 3 часа. Опасной с точки зрения инфицирования считается свежая «строганина». При приготовлении этого блюда личинки описторхоза в рыбе остаются, так как ее замораживание происходит недостаточно глубоко.

Представить масштабы инфицированности населения описторхозом поможет одно небольшое исследование, проведенное в Тюменской государственной медицинской академии, которое можно привести в качестве красноречивого примера. Для проведения обследования на описторхоз из числа студентов академии были отобраны учащиеся, по словам которых

вероятность заражения их паразитами равна нулю, так как рыбу, пойманную на Севере и зараженную описторхозом, они никогда не употребляли в пищу. После первого этапа испытаний – проведения зондирования двенадцатиперстной кишки – у большинства студентов были обнаружены личинки паразитов, у оставшейся части добровольцев возбудитель был найден при проведении повторного обследования.

Важно помнить, что соблюдение правил кулинарной обработки рыбы – практически единственный способ избежать заражения описторхозом, так как в настоящее время не существует вакцины или лекарственных препаратов, предупреждающих развитие патологии, а заметить личинки невооруженным глазом в рыбе невозможно.

Меры профилактики описторхоза

Чтобы избежать описторхоза, профилактику заболевания необходимо проводить всем, кто проживает в регионах с высоким риском заражения гельминтами. К мерам профилактики относятся приведенные ниже правила приготовления рыбных блюд.

Отваривать рыбу необходимо 15–20 минут с момента закипания бульона. Столько же времени необходимо для жарки небольших кусочков рыбы, причем приготовление ее необходимо проводить под закрытой крышкой, залив мясо достаточным количеством жира. Рыбный пирог необходимо запекать в духовке как минимум час. Для засолки 10 килограммов рыбы необходимо взять не менее двух килограммов соли, причем сама засолка должна продолжаться две и более недели. Перед тем как повесить рыбу сушиться, рекомендуется засолить ее описанным выше способом. Можно также засолить рыбу на три дня, после чего высушивать ее в течение трех недель. Для заморозки рыбы следует держать ее в морозильнике или на морозе 41 час при температуре ниже -28°C или замораживать рыбу 10 часов при -35°C . Запрещается употреблять в пищу «строганину» и малосольную рыбу. При разделке и приготовлении рыбы необходимо пользоваться специально предназначенными для этих целей ножами и разделочными досками; использовать их для нарезания хлеба, фруктов и прочих продуктов, употребляемых в пищу без термической обработки, запрещено. При необходимости доски и ножи после разделывания рыбы могут использоваться для других целей только после соответствующей обработки.