

Роспотребнадзор обращает внимание на важность соблюдения правил обработки рыбы и рыбной продукции в целях снижения рисков заболевания паразитозами. Следует помнить, что рыба и рыбная продукция могут быть заражены паразитами. Наиболее распространенными являются описторхоз, клонорхоз, дифиллоботриозы, анизакидозы.

Эти заболевания наносят немалый ущерб здоровью населения, течение болезни при данных нозологиях нередко сопровождается хронизацией процесса и необратимыми осложнениями, приводящими к инвалидности, а в ряде случаев заканчивается летальными исходами.

Наиболее распространенными паразитозами среди населения Российской Федерации являются описторхоз, дифиллоботриозы, клонорхоз, кроме того, существует риск заражения другими менее распространенными видами паразитозов.

Описторхоз является самым распространенным гельминтозом, передающимся через зараженную рыбу. В 2019 г. в Российской Федерации зарегистрировано более 19,5 тыс. случаев описторхоза (13,35 на 100 тыс. населения), что выше показателя 2018 г. (на 2,8). Неблагополучными по описторхозу являются практически все территории, примыкающие к бассейнам рек Оби, Иртыша, Томи и их притокам.

В Республике Алтай уже 9 лет (2011-2019 гг.) **описторхоз** занимает второе место в структуре заболеваемости гельминтозами после энтеробиоза. В 2019 году на долю этого гельминтоза приходилось 15,3% случаев. Показатель заболеваемости в 2019 году составил 51,3 на 100 тысяч населения, что в 3 раза выше показателя по Российской Федерации. В последние годы отмечается тенденция к росту заболеваемости описторхозом, заражение которым зачастую (в 30% случаев) происходит на соседних территориях – в Алтайском крае и Новосибирской области, неблагополучных по этому паразитозу.

Описторхоз является одним из самых опасных и распространенных паразитарных заболеваний, передающихся через рыбу. Заражение человека происходит при употреблении в пищу рыбы семейства карповых: язь, елец, плотва, лещ, линь, красноперка, укляя, голянь, жерех, подуст и других в необеззараженном виде.

При заболевании опистархозом чаще всего поражается жизненно важный орган – печень (реже – поджелудочная железа). Именно туда проникают личинки описторхов, если Вы съели зараженную рыбу. Личинки прикрепляются к стенкам желчных протоков печени - и через 3 месяца вырастают до 1 см. Так как человек может подзаражаться описторхозом многократно, число паразитов в его организме может достигать 40 000 экземпляров. Причем, описторхи – долгожители среди глистов. Если не лечиться, они живут 30 лет! При большом скоплении описторхов желчные ходы забиваются ими – и появляется желтуха. Такие случаи у нас встречаются. Кроме того, в течение всей своей долгой жизни паразиты выделяют токсины, которые могут вызвать рак или цирроз печени.

Диагноз ставится при обнаружении яиц описторхов в фекалиях больного или при обнаружении антител к описторхам в сыворотке крови. Сейчас описторхоз лечится легко (курс лечения билтрицидом рассчитан на 1 день), но лучше лечиться в больнице, так как одновременно с назначением препарата проводят процедуры, чтобы удалить погибших описторхов из печени.

Меры личной профилактики просты: варить рыбу в течение 15 мин с момента закипания; жарить в распластанном виде и обязательно в масле до 20 мин; солить: мелкую рыбу в течение 14 дней, крупную (свыше 25 см.) в течение 40 суток с добавлением 2 кг соли на 10 кг рыбы.

Личинки описторхисов погибают и при низкой температуре (минус 40 градусов в толще рыбы) в течение 7 часов.

Анизакидоз

Это заболевание человека, вызываемое личинками гельминтов, характеризующееся развитием патологического процесса в желудочно-кишечном тракте.

Потенциальными носителями личинок анизакиид являются представители более 20 семейств промысловых морских рыб, ракообразных и моллюсков, в том числе нототения,

скумбрия, тунцы, сардины, кета, горбуша, сельдь, треска, салака, ставрида, пикша, морские окуни, камбала, рыба-сабля, кальмары и другие.

Случаи заболевания анизакидозом регистрируются во многих странах Европы, Южной и Северной Америки, Юго-Восточной Азии.

Зараженность рыбы личинками анизакид морской рыбы может достигать до 100%. Личинки анизакид погибают также путем воздействия низких температур и термической обработки.

Дифиллоботриозы

Это гельминтоз, протекающий с признаками преимущественного поражения желудочно-кишечного тракта и часто сопровождающийся развитием анемии.

Основным источником заражения дифиллоботриозом для человека являются не только рыбы, обитающие в пресноводных водоемах: щука, окунь, налим, ерш, судак, а также морские рыбы, которые нерестятся в пресноводных реках: тихоокеанский лосось, горбуша, кета и другие.

В Горном Алтае есть разновидность дифиллоботриоза (чаечный лентец), но заражаются люди им редко, так как личинки чаечного лентеца находятся не в мышцах рыбы, а в кишечнике, который при потрошении рыбы удаляется. За время моей практики я всего дважды встречалась с больными дифиллоботриозом – оба случая были вызваны чаечным лентецом. Один из заболевших (чабан из Улагана) заразился при употреблении хариусов, зажаренных на костре. «Я надеваю рыбку на прутик, солю, и не пороша ее, жарю прямо на огне, а потом ем...» - рассказывал он. «Но ведь, чтобы заразиться, надо съесть кишечник рыбы!» - удивилась я. «Ну, я живот у рыбы обсасываю. Там самый жир!» - признался любитель рыбы, который вместе в жиром проглотил личинку лентеца...

Большой спектр паразитов бывает в морских рыбах. Чаще всего люди видят личинок

селедочного червя – когда в селедке или другой морской рыбе (даже красной) обнаруживают свернутых спиралькой небольших белых червячков. Это анизакиды. Погибшие личинки вреда здоровью человека не приносят, но аппетита не прибавляют. Не так ли? А вот свежевывловленная рыба опасна. На Дальнем Востоке деликатесом является сырой рыбный фарш, приготовленный из красной рыбы. Хозяйки после посолки фарша видят, как анизакиды, словно травка, поднимаются из рыбной массы – и снимают живых червей ножом. Но горе, если удалят не всех – когда анизакида с рыбой попадает в рот человека и проглатывается, она способна внедриться куда угодно – в стенку пищевода или желудка, в миндалину. Проникая довольно глубоко, она вызывает страшную боль. Как правило, больные в этом случае попадают к хирургу, который удаляет внедрившихся личинок. Из-за опасности анизакидоза при промышленной ловле рыбы весь улов промораживается в холодильнике в течение 5 суток, чтобы анизакиды погибли. Добавлю, что если рыба сильно заражена личинками анизакид, ее бракуют.

Опасны ракообразные – раки, креветки, крабы, живущие в пресноводных водоемах Дальнего Востока и стран Юго-Восточной Азии. Если съесть их без термической обработки, они вызывают парагонимоз, протекающий с поражением легких, головного мозга и других органов. От этого заболевания больные нередко погибают. Пишу это, потому что сейчас наши люди выезжают на отдых за рубеж, пробуя без всякого страха экзотические местные блюда. Вряд ли они отдадут себе отчет, что подобные кулинарные изыски могут иметь очень неприятные последствия для здоровья.

Совет один – рыбу и рыбопродукты можно употреблять только после термической обработки!