

## **Не купайтесь в незнакомых водоемах. Будьте осторожны.**

С наступлением летнего сезона, нередко случаи обращения граждан в медучреждения с жалобами на зуд и крапивницу, появляющихся сразу после купания в непроточных водоемах (озера, пруды, заводи). Отдых у незнакомого водоема может стать причиной церкариоза – паразитарного заболевания, известного в народе как «водяная крапива» или «зуд купальщика». Виновниками такого недуга являются мелкие обитатели хорошо прогреваемого солнцем мелководья – церкарии – гельминты водоплавающих птиц, которые, скапливаются на прибрежной растительности и нападают на птиц семейства утиных, а заодно и на человека.

Церкариоз – это сезонное паразитарное заболевание с поражением кожи у людей, подолгу находившихся в воде, загрязненной церкариями. Заболевание не влечет за собой стойкого расстройства здоровья, однако сопровождается неприятными ощущениями, временным недомоганием и отпугивает людей от воды. Церкарии внедряются в кожу человека при его контакте (более или менее длительном), хотя часто для этого бывает достаточно нескольких минут с водой водоемов, содержащих в своих водах зараженных легочных моллюсков (чаще всего это прудовики и катушки разных видов). Моллюски, в данном случае, выполняют роль промежуточных хозяев и заражаются в свою очередь от водоплавающих птиц – окончательных хозяев. Человек заражается при купании, выполнении сельскохозяйственных или других работ в воде, при стирке белья, рыбной ловли в озерах, прудах, речных заводях, старицах и плесах, являющихся местами обитания моллюсков, а также при прохождении босиком по мокрой траве вблизи таких водоемов. Зонами повышенного риска заражения людей церкариозами являются водоемы с наиболее загрязненными органическими и бытовыми отходами, заросшими водной растительностью (элодеей, рдестом, роголистником, ряской, осокой, стрелолистом, рогозом и др.), где обнаруживаются моллюски и плавают гуси, утки, лебеди. Опасность нападения церкарий сохраняется с июня по сентябрь, в теплых водоемах – еще дольше, особенно активны они в солнечные дни светлого времени суток, но могут нападать на человека в вечерние и ночные часы.

После внедрения в тело человека церкарии погибают в первые полчаса, но успевают выбросить в кожу свой специфический секрет, который вызывает острые ответные реакции:

- чувство покалывания в области голеней, бедер, ягодиц;
- припухлость, покраснение кожи, сильный зуд (кожа чешется, как после ожога, иногда все тело);
- сыпь в виде крапивницы, пузырьки размером с горошину и волдыри;
- могут быть слабость, головокружение, нарушение сна, в тяжелых случаях – повышение температуры и сухой кашель.

Границы поражений соответствуют уровню погружения в воду: если зашли по пояс – церкарии впиваются в бедра, по колено – в кожу голеней. При этом никогда не поражаются ладони и подошвы – там слишком грубая и толстая для церкарий кожа. Особенно тяжело заболевание переносят дети – они лишаются сна, аппетита, становятся капризными и раздражительными. Выраженные симптомы исчезают через 7-10 дней, пигментация кожи на месте высыпаний и легкий зуд остаются до 2-3 недель.

Заражения церкариями можно избежать, если следовать правилам:

- не купаться в гниющей стоячей воде, а только на специально оборудованных пляжах;

- при купании, играх в воде, рыбной ловле избегать водоемов, заросших водной растительностью (осокой, рогозом, элодеей, ряской, роголистником и др.) и мелководных участков;

- по возможности купаться на глубине не менее 1 метра;

- находиться в воде не более 5-10 мин;

- не купаться в местах скопления речных улиток и там, где плавают птицы;

- не ходить по речной и прибрежной растительности;

- не загрязнять водоемы пищевыми и бытовыми отходами;

- не прикармливать диких водоплавающих птиц в местах для купания (зонах массового отдыха);

- удить рыбу с берега, лодки или моста;

- при необходимости длительного пребывания в воде (при работе в прудовых хозяйствах, сборе водных растений, гидробиологических исследований) использовать защитную одежду и обувь (сапоги, брюки, рубашку), предохраняющие от нападения церкарий;

- защищаться от личинок церкарий с помощью питательных кремов и масла для кожи, а также репеллентов на основе вазелина;

- при хождении босиком по мелководью, или мокрой траве вблизи водоема интенсивно обтирать ноги через каждые 2-3 минуты (личинки шистосоматид внедряются в эпидермис ног в течение 3-4 минут);

- после контакта с водой, быстро поменять промокшую одежду, по возможности ополоснуться водопроводной водой или насухо обтереться сухим жестким полотенцем (особенно голени и бедра).

## Первая помощь при заражении церкариями:

После ожога «водяной крапивой» в первую очередь надо избавиться от зуда, иначе на местах расчёсов появятся гнойные очаги. Чтобы уменьшить высыпания и нестерпимый зуд можно использовать охлаждающие примочки из обычной холодной воды или раствора соды (одна чайная ложка пищевой соды на стакан воды). Помогает отвар череды и протирание поражённой кожи подкисленной водой с добавлением яблочного сока или лимона. Ослабить зуд помогут ментоловая мазь, бальзам «Золотая звезда», а также компресс из размоченных овсяных хлопьев (не сладких) и ванна с чередой на ночь. Ребенку на ночь надевайте на руки тонкие нитяные перчатки, чтобы во сне он не расчёсывал поражённые места. Для снятия нестерпимого зуда всего тела можно принять любой противоаллергический препарат.

В тяжелых случаях (слабость, головокружение, нарушение сна, высокая температура, сухой кашель, нестерпимый зуд) необходимо обращаться к врачу.