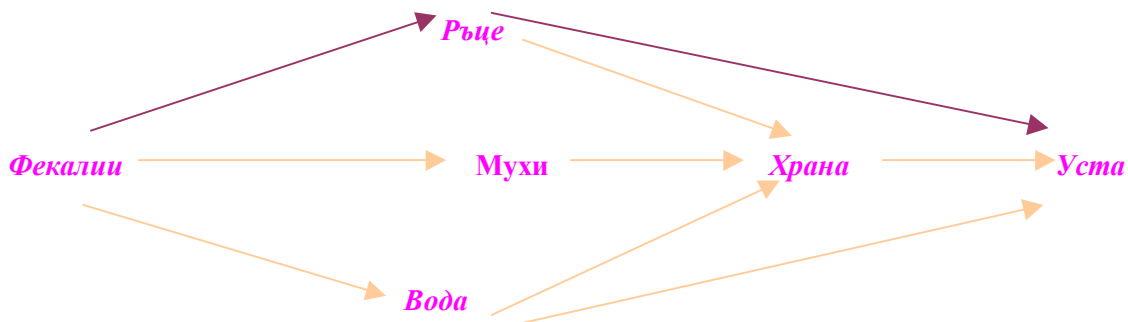


ЗДРАВНИЯТ РИСК ЗА ДЕЦАТА ПРИ НЕРЕДОВНО ИЗМИВАНЕ НА РЪЦЕТЕ

Въпреки широката практика на занемарени и неприветливи училищни тоалетни, много малко внимание се обръща от педиатри, уролози, гастроентеролози, психолози и психиатри у нас на принудителното въздържане на децата да се облекчат докато са в училище. Здравните рискове са свързани както с психическо състояние на децата в училище, така и с риска от заболявания, които могат да се разпространят чрез мръсните ръце и лошата хигиена.

Проблемът с нередовното миене на ръцете се състои в това, че чрез тях се предават причинителите на редица инфекциозни заболявания по кожата и очите. Това става чрез директен контакт с мръсните ръце - децата често си бъркат в носа, очите или си "чопят" ранички по кожата, което може да доведе до възпалението им.

Много от болестите, предаващи се по фекално-орален механизъм, също могат да се предадат чрез мръсните ръце. Този механизъм се изразява в това, че във фекалиите на болни хора или здрави заразноносителите се намират патогенни микроорганизми причиняващи заболявания и когато те попаднат в устата на друг човек, последният се заразява. Човек може да се зарази при приемането на замърсена вода, храна или чрез директен контакт на мръсните ръце с устата му.



Установено е, че 1 грам фекалии съдържа 10 000 000 вируси, 1 000 000 бактерии, 1000 паразитни цисти и 100 паразитни яйца и може да причини заболяване дори при минимален контакт или пренасяне.

Някои от най-често срещаните патогени, които могат да попаднат в организма при ядене или пушене с мръсни ръце:

Бактерии

- **Staphylococci** - микроорганизми, които могат да причинят стомашно-чревни смущения, висока температура, гадене, повръщане, диария, кожни инфекции или усложнения от страна на дихателната система.
- **Salmonella** - причиняваща диарии или салмонелоза.
- **Shigella** – дизентерия - поява на кръв и слуз в изпражненията, болки в корема.
- **E.coli** - някои щамове също предизвикват диарийен синдром.

Болестите, свързани с нередовното измиване на ръцете при децата, могат да доведат до:

- тежко протичане на заболяването, което понякога може и да е фатално;
- понижаване резистентността на организма към други инфекции/заболявания;
- понижаване абсорбцията на хранителни вещества от организма и може да доведе до малнутриция (недохранване и лошо усвояване на хранителните вещества) и изоставане във физическото и психическото развитие на детето;
- намаляване индивидуалната и обществената продуктивност;
- затрудняване образованието на децата;
- увеличаване разходите в сферата на здравеопазването.

Вируси

- **Вируси на остри респираторни заболявания** - от групата на рино- и аденовирусите, **вирусът на грипа**. Освен по въздушно-капков път, тези вируси могат да се предават и чрез мръсните ръце понеже известно време са устойчиви във външна среда и могат да полепнат по ръце, предмети и др. Децата често си бъркат в носа с мръсни пръсти, а вирусите се прикрепят към клетките на носната лигавица, размножават се и предизвикват симптомите на настинка и съответно грип.
- **Вирусът на хепатит А** или т.нар. "болест на мръсните ръце". Разпространението е отново чрез фекално-орален механизъм. Болестта протича с увреждане на черния дроб, поява на жълтеница, абдоминален дискомфорт, понижаване на апетита, гадене и др.
- Някои **ротавируси** могат да причинят диарии.

Паразити

Хелминти

Това са чревни паразити, различни видове червеи: тении, кръгли червеи-глисти, чернодробният метил и др. Заразяването става при поглъщане на яйцата им, които се отделят с фекалиите на болни хора. Чревната паразитна инфекция протича с неопределена абдоминална болка; гадене; намален апетит; повръщане (понякога дори на самите червеи); остри коремни болки; загуба на тегло; понякога диария; лесна уморямост; сърбеж в областта на ануса; повишен риск от други заболявания, изоставане на физическото и психическото развитие и др.

Протозоа

Това са по-големи от бактериите или вирусите едноклетъчни организми, които могат да образуват цисти или вегетативни форми и така да преживяват неблагоприятните условия на средата. Заразяването става чрез замърсена храна или вода, или чрез полепване на цистите им по ръцете и последващ контакт с устата. Ето някои от тях:

- **Cryptosporidium** - причинява криптоспоридиоза. Това е паразит, живеещ в червата на човек или животно. Капсулираните му яйца, наречени ооцисти се изхвърлят с изпражненията на болни хора. При поглъщане дори на една глътка със заразена вода възниква заболяване, което протича с диария. То може и да е безсимптомно, при което човек остава заразноносител.
- **Giardia lamblia** - причинява жиардиоза. Това също е протозоен паразит, живеещ в червата на хора/животни. Симптомите са на диария, неприятно подуване на корема, кървава урина и бъбречно увреждане.
- **Entamoeba histolytica** - причинява амебиоза. Когато се погълнат цистите и чрез замърсени ръце, може да се развие дизентерия (диария, крампи, треска, отпадналост) или пък заболяването да протече безсимптомно. В по-тежки случаи, паразитът може да преодолее чревната стена и да поразии други органи като черния дроб.

Миенето на ръцете е първият и най-важен компонент от личната хигиена в профилактика на инфекциозните заболявания. То трябва да става след всяко посещение на тоалетната, след контакт с животни, пипане на замърсени предмети, както и преди всяко приготвяне на храна, хранене или пушене.

Тази публикация стана възможна благодарение на финансовата помощ на Програма Демократична мрежа на Американското посолство, София, България.



ул. Цар Симеон Велики, 102, ет. 1
Стара Загора
042 - 634641
E-mail: office@earthforever.org