

Гельмінтоз

**Глисти** - це дрібні паразити, які заражають людину та призводять до гельмінтозу.

**Шляхи передачі**

Вони передаються переважно через забруднені ґрунт, воду, фрукти та овочі, руки.

**Поради, що допоможуть вам уникнути зараження лямбліями в побуті:**

- Перед прийомом їжі обробіть продукти та дотримуйтеся всіх необхідних заходів, щоб у продукти не потрапили хвороботворні мікроби, цисти і яйця паразитів. Овочі, фрукти, ягоди, зелень перед вживанням ретельно мийте під проточною водою, обдавайте гарячою водою (температура 60 - 70 °C). Рибу та м'ясо піддавайте необхідній термічній обробці.
- Не пийте сиру воду зі ставків, річок та інших водойм.
- Перед прийомом їжі, після прогулянки, гри з тваринами, відвідування туалету обов'язково мийте руки з милом.
- Вчасно підстригайте нігті, відучіть дитину від шкідливої звички їх гризти, обсмоктувати пальці, ручки, олівці, іграшки та інші предмети.
- Ретельно обстежуйтеся у випадку тривалих порушень травлення й апетиту, втрати маси тіла.

