Глисти у рибі. Чи можна вживати її в їжу?

Риба є незамінним продуктом в раціоні людини. Однак, нерідко вживання її стає причиною гельмінтозу. Потрапляючи в організм людини, паразити здатні викликати захворювання, які не завжди піддаються лікуванню.

Глисти у рибі зустрічаються незалежно від типу водойми. За статистикою,річкова заражена на 95%, морська трохи менше – на 70%.

Серед різноманіття різних видів паразитів слід виділити ті, які становлять найбільшу небезпеку для людей.

Найбільша вірогідність заразитися гельмінтами від річкових риб, ніж від морських видів. Існують і небезпечні для людини хвороби, якими можна заразитися від риби.

**Опісторхоз**. Захворювання провокується котячої двуусткой. Риби, коропових порід, є тільки проміжними господарями. Переносниками вважаються собаки і кішки. Розмір глиста досягає 12 мм, паразитує в печінці, жовчному міхурі, підшлунковій залозі.

**Дифиллоботриоз**. Викликає захворювання лентець широкий, який в довжину може досягати 12 метрів. Основними носіями паразитів є: річкова риба, лососева порода, окунь, щука.

**Клонорхоз**. Збудником є ​​китайська двуустка. Найчастіше може бути в тілі пічкурів, карасів, сазанів.

**Метагонімоз**. Збудниками є трематоди довжиною всього 2,5 мм.

**Анізакідоз**. Гельмінти в рибі анізокіди паразитують в кишечнику. У більшості випадків виявляються в морській рибі. Заразитися можна при поїданні слабосоленого продукту зокрема оселедця.

**Лігулез**. Захворювання викликає стрічковий черв'як. У довжину може досягати одного метра. Викликає захворювання всіх внутрішніх органів.

**Діоктофімоз**. Гельмінти локалізуються в органах сечовидільної системи і порушують її роботу.

**Нанофиетоза**. Викликають захворювання глисти трематоди невеликого розміру. Дорослі особини живуть в тонкому відділі кишечника.

Існують рибні гельмінти, які становлять небезпеку тільки для них самих. В організмі людини вони не знаходять сприятливих умов для розвитку і гинуть.

Це діплостомоз, філометроідоз, тріенофороз.

Симптоми, характерні для зараження глистами після вживання зараженої риби.

* Гельмінти риб викликають порушення в роботі перистальтики, змінюють мікрофлору, розвивається часті рідкі випорожнення.
* При ураженні слизової тонкого кишечника розвивається метеоризм, здуття.
* У процесі пересування гельмінтів по організму людина може відчувати біль в м'язах і суглобах.
* Черви в процесі своєї життєдіяльності виділяють токсини, які стають причинами алергічних реакцій. Від простої висипу до набряку Квінке. У крові у людини підвищується кількість еозинофілів.
* Порушується сон, спостерігається скрегіт зубами уві сні і нічна слинотеча.
* З'їдений рибний продукт з гельмінтами може привести до запалення дихальних шляхів. Може приєднатися кашель, астма, нежить, задишка. Розвивається бронхіт, пневмонія.
* Знижується імунітет. Люди часто хворіють на простудні захворювання, з'являється дисбактеріоз.
* Втрата апетиту та зниження ваги.

Якщо з'явився хоча б один з цих симптомів, можна пройти обстеження в лабораторії Рогатинського відділу Івано-Франківського районного відділу ДУ «Івано-Франківський ОЦКПХ МОЗ» на виявлення глистів.

Ознаки, що вказують на те, що риба заражена глистами:

* риба м'яка на дотик (в нормі вона повинна бути пружною, а вм'ятини при натисканні швидко виправлятися);
* зіниці каламутні, слизова очей суха, можуть бути чорні точки (очі здорової риби ясні, опуклі);
* під лускою липка шкіра (здорова луска блищить, не настовбурчується і її важко очистити);
* черевце роздуте, витягнуте;
* зябра можуть мати зеленуватий відтінок (в ідеалі вони повинні мати рожевий відтінок);
* від продукту може виходити неприємний запах.

Для того, щоб убезпечити себе від зараження гельмінтами потрібно:

* Заморозити рибу, глисти гинуть в морозильній камері при температурі нижче -25 градусів або при термічній обробці понад +100 градусів. Можна зробити висновок, що якщо рибу заморозити або добре термічно обробити, вона стає безпечною для здоров'я людини, і її їсти можна.
* Варити рибу потрібно не менше 35 хвилин, а жарити не менше 25 хвилин, запікати близько 45 хвилин. Якщо риба великих розмірів, то рекомендовано робити надрізи, щоб усередині м'ясо теж проварилося добре.
* В'ялити рибу рекомендовано протягом трьох тижнів, солити - два тижні. Заморожувати при температурі нижче 25 градусів не менше доби.
* Не пробувати на смак сире м'ясо риби або фарш. Якщо було з'їдено рибне м'ясо в сирому вигляді або погано провареному, потрібно терміново вжити заходів, спрямованих на профілактику появи гельмінтів.
* Ніж і дошку, які були використані для оброблення продукту, необхідно ретельно мити за допомогою миючих засобів та обдавати окропом.

Рибу потрібно купувати в магазинах, де продукція проходить ретельну перевірку. Дотримання профілактичних заходів дозволить звести ризик зараження глистами.

 Фельдшер - лаборант мікробіологічної лабораторії

 Рогатинського відділу Івано-Франківського

районного відділу

 ДУ «Івано-Франківський ОЦ КПХ МОЗ»

 Руслана ДУДА