

УДК 616:576.8
ББК 52.67
Т83

При участии *Ольги Копыловой*

В оформлении обложки использованы элементы дизайна:
Anton Akhmatov / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Тумольская, Нелли Игнатьевна.

Т83 Паразиты внутри нас. Симптомы, способы заражения и лечения /
Нелли Тумольская. — Москва : Эксмо, 2023. — 224 с. — (Метафора
здоровья. Книги от ведущих экспертов в области медицины).

ISBN 978-5-04-185778-3

Вы уверены, что внутри вас никто не живет? Что, если все те признаки недомогания, которые вы списывали на грипп, на самом деле опасные симптомы, указывающие на непрошенных гостей внутри вашего организма? Они едят, размножаются, приспосабливаются к иммунной среде и могут совершенно не давать о себе знать до критического момента. На страницах книги вы найдете эффективные методы по обнаружению паразитов и борьбе с ними. Классификация паразитов, их виды и описание помогут распознать тип вредителя и вовремя прийти на помощь своему организму.

Внимание! Информация, содержащаяся в книге, не может служить заменой консультации врача. Перед совершением любых рекомендуемых действий необходимо проконсультироваться со специалистом.

УДК 616:576.8
ББК 52.67

ISBN 978-5-04-185778-3

© Тумольская Н.И., текст, 2013
© Гусарев К.С., художественное оформление, 2023
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Об авторе	9
Введение	11
ПАРАЗИТИЧЕСКИЕ ЧЕРВИ	14
Виды глистов	14
Пути заражения глистами	17
Самодиагностический тест на паразитарные заболевания	22
ГЛИСТЫ, КОТОРЫМИ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ЧЕРЕЗ ПОЧВУ	25
Аскаридоз	25
Трихоцефалез	34
ГЛИСТЫ, КОТОРЫМИ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ЧЕРЕЗ КОЖУ	37
Анкилостомоз	37
Стронгилоидоз	41



ГЛИСТЫ И ПРОСТЕЙШИЕ, КОТОРЫМИ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ЧЕРЕЗ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ	49
Трихинеллез	51
Тениоз	59
Тениаринхоз	63
Амебиаз	66
ЛЮБИТЕЛЯМ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ И ЗЕМНОВОДНЫХ	68
Свойства рыбы	68
Особенности приготовления рыбных блюд	71
Заражение паразитами через рыбу	75
Описторхоз	75
Дифиллоботриоз	87
Спарганоз	94
Анизакидоз	96
ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ — НОСИТЕЛИ ПАРАЗИТОВ И ВИРУСОВ	99
Собака: чего следует опасаться	99
Токсокароз	99
Бешенство	109
Кошка: чего следует опасаться	111
Токсоплазмоз	112
Болезнь кошачьей царапины	121
ЗАБОЛЕВАНИЯ, КОТОРЫМИ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ ЧЕРЕЗ НАСЕКОМЫХ	124
Комары и москиты	124
Малярия	124



Лейшманиоз	127
Дирофиляриоз	128
Вухерериоз	129
Бругиоз	130
Онхоцеркоз	131
Мухи и клопы	132
Африканский трипаносомоз	132
Болезнь Шагаса	134
ЕСЛИ ВЫ СОБРАЛИСЬ В ПУТЕШЕСТВИЕ	135
Климат	136
Пища	139
Пляж	142
Прививки	143
Ядовитые обитатели моря	144
Ядовитые насекомые и змеи	154
Паразитарные болезни по странам мира	156
Курорты Средиземноморья и Адриатики	156
Курорты Северной Африки	157
Курорты стран восточного побережья Средиземноморья и прилегающие страны	157
Курорты стран Персидского залива	158
Курорты Индийского океана	158
Курорты стран Юго-Восточной Азии	158
Курорты стран Тихоокеанского региона	159
Курорты стран Дальнего Востока	159
Африка	160
Курорты Центральной Америки	160
Курорты стран Карибского бассейна	161



Южные регионы США	162
Южная Америка	162
Австралия и Океания	162
ОТВЕТЫ НА ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ ..	164
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОТИВОГЕЛЬМИНТНЫЕ ПРЕПАРАТЫ	193
ЛЕЧЕНИЕ ПРОТОЗОЙНЫХ ИНФЕКЦИЙ	197
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	200
УКАЗАТЕЛЬ	202

ОБ АВТОРЕ

Тумольская Нелли Игнатьевна — доктор медицинских наук, профессор, заведующая лабораторией разработки методов лечения паразитарных болезней Института медицинской паразитологии и тропической медицины им. Е. И. Марциновского Первого Московского государственного медицинского университета им. И. М. Сеченова, врач инфекционист-паразитолог, авторитетный специалист в области клинической паразитологии и тропической медицины.

«Мы живем в червевом мире», — так считает профессор Нелли Тумольская. Именно об этих многочисленных и, скажем так, не самых обаятельных представителях экосистемы человеческого организма вы сможете узнать из этой книги. Черви, паразитирующие в организме человека, в обиходе — глисты, а в медицинской терминологии — гельминты, — незваные гости, выбравшие тело человека в качестве своего пристанища. Кроме этих обитателей нашего организма, существуют одноклеточные простейшие организмы, мелкие, но не менее опасные для человека. О них также следует немного узнать.

Вполне понятно, что тема этого издания может вызвать у читателя не самые приятные эмоции. И все-таки мы очень рекомендуем внимательно прислушаться к тому, о чем предупреждает автор книги, потому что огромное количество людей на земном шаре заражено глистами (по данным ВОЗ, более миллиарда человек,



то есть около 20 % населения планеты) — они больны, но даже не подозревают об этом.

Из этой книги вы узнаете о профилактике гельминтозов и симптомах разных паразитарных заболеваний, а также о тех экзотических болезнях, с которыми вы и ваши дети можете встретиться во время зарубежного путешествия. Если вы решили посетить какую-либо страну, эта книга поможет узнать о том, какие заболевания вам могут угрожать и как от них уберечься.

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы достаточно много внимания уделяют проблемам экологии и экологического равновесия. Но, как правило, речь идет о крупных экосистемах: лесах, островах, океанах. Но и человеческий организм — это своеобразная микроэкосистема с огромным, не видимым глазу, числом микроорганизмов. В их числе есть «коренные жители» и «транзитные пассажиры». Многие из них не только пользуются ресурсами организма хозяина, но и участвуют в его жизнедеятельности.

В теле человека проживает множество различных возбудителей. Это паразитические черви, протозойные (одноклеточные) организмы, вирусы, бактерии.

В организме человека паразитами¹ являются многие виды микробов, грибов, вирусов, гельминтов (глистов) и простейших, которые могут находиться в нем годами, даже десятилетиями, приспособившись к самым неблагоприятным условиям, иногда нанося вред человеку, а иногда никаким образом не проявляя себя.

Вследствие неблагоприятной современной экологической обстановки, воздействия сильнодействующих лекар-

¹ Паразитами называются животные или микроорганизмы, которые живут за счет особей другого вида, питаясь соками их тела, тканями или переваренной пищей своих хозяев, используя их многократно. Хозяином называется то существо, которое кормит паразита. — *Прим. ред.*



ственных средств, переутомления, стрессов, неправильного питания происходит снижение иммунитета организма человека, в результате чего паразиты активизируются, начинают интенсивно размножаться.

Одни паразиты являются для человека абсолютно патогенными, они оказывают на организм болезнетворное воздействие. Другие не патогенные, наши «добрые соседи», они даже могут участвовать в пищеварении, «помогают» ферментной системе, выработке витаминов. Если удалить таких «соседей», их место очень быстро займут другие обитатели, обычно более активные и опасные для здоровья.

Существуют также условно-патогенные организмы. Они не причиняют вреда человеку до определенного момента. Только в условиях стресса или болезни эти возбудители становятся патогенными. Классическим заболеванием, вызванным условно-патогенным паразитом, является *токсоплазмоз*. Этот паразит распространен по всему земному шару — практически нет ни одного животного, у которого не паразитирует токсоплазма. Однако при неблагоприятных условиях она нередко приводит к летальному исходу. Например, ВИЧ-инфекция в сочетании с токсоплазмозом может закончиться токсоплазменным менингоэнцефалитом.

Что характерно для паразитических червей? Это многоклеточные организмы со сложной структурой. У них существуют нервная, пищеварительная, мочеполовая системы. Очень мало гельминтозов относится к контактным, то есть когда заражение происходит от человека к человеку. Большинству паразитов для своего развития требуются другие организмы или пребывание в земле при определенной температуре. И лишь немногие гельминты весь цикл развития совершают в организме человека. Это так называемые контактные гельминтозы, при которых и заражение происхо-

дит от человека к человеку. Одним словом, гельминты проходят сложный путь развития.

Существуют паразиты, живущие только у определенных животных, например у кошек или собак. Есть паразиты, живущие только у животных или только у людей. И есть паразиты, которые в определенной форме могут быть и у людей, и у животных. Выбор «хозяина» зависит от особенностей обмена веществ, иммунитета. Существуют также гельминты растений.

Пока человеческий организм здоров, пока иммунитет справляется, множество микроорганизмов, в том числе и глисты, никак не проявляют себя. Но как только иммунитет ослабевает, паразиты начинают активизироваться, и человек может серьезно заболеть.

К паразитам относят паразитических червей (их называют *гельминтами* или *глистами*), а вызываемые ими болезни называют *гельминтозами*. К паразитам относятся также мелкие одноклеточные существа, которые называют простейшими — так просто их строение. Они также вызывают у людей серьезные заболевания. Эти болезни называют *протозойными инфекциями*.

Причиной болезни у человека могут быть и насекомые. Одни из них только переносят возбудителей болезней (вирусы, бактерии, глистов, простейших), а другие сами могут вызывать различные заболевания.

Рассмотрим основные виды паразитов и болезни, которые они вызывают.

ПАРАЗИТИЧЕСКИЕ ЧЕРВИ

Виды глистов

Глистные болезни (*гельминтозы*) были известны человечеству с глубокой древности. Но в то время люди не знали настоящую природу паразитических червей и отождествляли их со змеями. Сохранилось много мифов и преданий, в которых упоминается о червях, поражающих тело человека.



В одной мусульманской легенде говорится о том, что Аллах погубил нечестивые народы Маджудж и Йаджудж, «наслав на них червей, которые закупили их носы, уши и горла».

В христианской мифологии упоминается, что Адам обещал дьяволу передать в руки сатаны весь род человеческий за исцеление своего сына Каина от змей (гельминтов), появившихся на его груди и челе. Можно с уверенностью предположить, что в этих легендах речь идет о круглых червях, очевидно аскаридах.

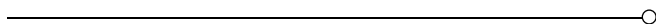
При раскопках в Ассирии были найдены глиняные таблички VII века до н.э., при расшифровке кото-



рых стало известно, что в Вавилоне уже знали об аскаридах, острицах, ленточных червях, риштите и других паразитах. Также хорошо знали о них в Древнем Египте еще в XVI веке до н.э.

Знаменитые ученые — врачи Гиппократ и Авиценна (Ибн Сина) — в своих трудах описали, как у человека отходят аскариды и острицы. Гиппократ знал о таком тяжелом паразитарном заболевании, как эхинококкоз, назвав его «заполненная водой печень». Так он представлял себе эхинококковый пузырь, расположенный в печени.

Авиценна в своих трудах дал подробное описание симптомов гельминтоза. Он также хорошо знал лечебные свойства многих растений и для излечения от глистов предлагал употреблять отвар цитварной полыни с молоком, травы девясила и чистотела. В русском лечебнике XVII века для лечения от глистов рекомендовалось есть чеснок.



Что же такое паразитические черви (гельминты), какую опасность они представляют для организма человека, и как с ними бороться?

Паразитические черви, или глисты, широко распространены в природе. Более 270 различных видов гельминтов могут вызывать заболевания у человека, но это совсем не означает, что всегда и везде есть опасность заразиться всеми этими глистами. Дело в том, что каждый вид гельминта приспособлен к определенным условиям жизни. Одни из них (филярии, шистосомы и др.) живут только в странах с очень жарким и влажным климатом, например, в Африке,

Южной Америке, Индии, Вьетнаме или Индонезии. Там и только там они представляют опасность для человека.

Другие виды глистов в течение своей жизни должны сменить несколько хозяев и только тогда стать заразными для человека. Например, некоторые виды глистов часть своей жизни проводят в земле или воде, затем паразит обязательно должен побывать в организме рыбы (описторхисы, рыбий цепень и др.) или какого-либо животного, в свинье или корове (бычий и свиной цепени). За это время паразит растет, развивается, меняется его внешний вид и внутреннее строение, и только после того как человек съест зараженное мясо или рыбу, он заразится данным видом паразита.



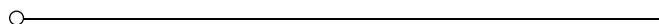
Некоторые виды глистов (филярии, дирофилярии и др.) переносятся только определенным видом комаров или мошек. Человек заражается при укусе этими насекомыми. В этих случаях личинки гельминта попадают в кровь человека со слюной комара или мошки. И если в той местности, где вы живете, нет и не может быть комаров или мошек именно такого вида, невозможно и заражение этим видом глистов.

Следовательно, не каждый вид гельминта и не везде представляет опасность.



Чтобы уберечь себя от возможного заражения гельминтами, следует знать о них больше.

Глисты или паразитические черви — это многоклеточные организмы, имеющие достаточно сложное строение. Их размеры и форма тела очень разнообразны. Это разнообразие иногда кажется почти фантастическим.



Существуют глисты длиной несколько миллиметров. Есть глисты длиной 10 и более метров. По форме они могут быть круглыми, похожими на дождевого червя, плоскими, как небольшой листок дерева, а могут представлять собой длинную ленту, состоящую из множества фрагментов (члеников).



Всех гельминтов по форме тела и особенностям их внутреннего строения делят на несколько классов:

- круглые глисты (нематоды);
- плоские глисты (сосальщики, или трематоды, так как они имеют специальные присоски, которые помогают им прикрепляться к тканям организма человека);
- ленточные глисты (цестоды).

Пути заражения глистами

Когда гельминт паразитирует в организме человека или какого-либо животного, он выделяет яйца или живых зародышей — личинок. Яйца и личинки глистов — это мелкие, видимые только в микроскоп образования. Если яйца или личинки попадают в организм человека, происходит заражение. Существует несколько путей заражения глистами.



Наиболее частый из них — это *заражение через рот*.

Заражение через рот может быть связано с землей. Часто можно наблюдать, как ребенок ест клубнику с грядки. А ведь у клубники под чашелистиком (зеленые листочки в виде венчика у основания ягоды) скапливается земля. Ее так трудно смыть!

Не секрет, что грядки удобряют навозом, компостом, нередко содержимым выгребных туалетов, в которых могут находиться яйца и личинки глистов. Поэтому ягоды или листья салата, огурцы или морковь, которые растут на вашем огороде, представляют опасность, если вы забыли их тщательно вымыть.

○

В метро или трамвае можно наблюдать, как мама или бабушка дает беспокойному, плачущему ребенку яблоко из сумки. Протрет платком — готово. Чистое? Вряд ли. Некоторые дети едят землю. Такое явление называется геофагией, или пикоцизмом. А иногда ребенок, играя в песочнице, кладет в рот игрушки, которые лежали на земле, сосет пальцы и т.д. Не секрет, что в этой песочнице в течение суток могли побывать кошка или собака. В песке могут находиться яйца гельминтов, которые попадают в рот — таким образом происходит заражение. В скверы и парки часто привозят землю с полей орошения. Часто в ней находят яйца различных гельминтов и других возбудителей. В парках играют дети, и риск получить порцию яиц гельминтов достаточно велик. Можно заразиться аскаридами, власоглавом и некоторыми другими круглыми глистами.

○