

OWSICA

Owsica to jedna z najczęstszych chorób pasożytniczych przewodu pokarmowego. Występuje tylko u ludzi. Wywołują ją owsiki. Są to nicienie długości około 1 cm. Na owsicę zapadają głównie małe dzieci, u których zachowania higieniczne nie są jeszcze nawykiem, oraz członkowie ich rodzin. Choroba bardzo łatwo i szybko się przenosi. Można się nią zarazić przede wszystkim przy całodobowym bliskim kontakcie między domownikami lub osobami przebywającymi stale w „zamkniętym” środowisku. Do zakażenia dochodzi poprzez spożycie jedzenia, lub wkładanie do ust palców, albo przedmiotów, na których znajdują się jaja owsika. Brudne ręce, przedmioty codziennego użytku, takie jak zabawki, ręczniki, pościel, sztućce – wszędzie tam mogą znajdować się ogniska zapalne choroby.

Owsica rozprzestrzenia się szybko wśród osób znajdujących się w bezpośrednim otoczeniu chorego – np. wśród domowników lub rówieśników, z którymi ma kontakt. Zarazić się nią można jednak nie tylko w domu, ale także w przestrzeni publicznej: w przedszkolu, w szkole, w internacie itp.

Kiedy inwazyjne (zdolne do zarażenia człowieka) jaja owsika dostaną się do przewodu pokarmowego, wylęgają się z nich larwy, które wędrują w głąb, do jelita grubego. Tam przez ok. 3 miesiące dojrzewają. Następnie zapłodnione samice przemieszczają się w stronę odbytu, wydostają się na zewnątrz ciała (zazwyczaj w nocy) i składają w okolicach odbytu do 10 tysięcy, pokrytych lepką wydzieliną, jajeczek. Skóra w tej okolicy zaczyna wówczas swędzieć, dziecko w trakcie snu bywa niespokojne, drapiąc się, gromadzi jajeczka pod paznokciami. Wystarczy, że włoży do ust niedokładnie umyte ręce, i dochodzi do ponownego zarażenia. Jaja spadają także na prześcieradło, wewnętrzną stronę ubrania. Gdy śluz obeschnie, unoszą się wraz z kurzem i mogą być wdychane z powietrzem lub osiadają na okolicznych przedmiotach. Poza organizmem człowieka jaja owsika potrafią przeżyć do 20 dni, zachowując zdolność do zakażenia aż przez 3 tygodnie.

Profilaktyka polega na zachowaniu zasad higieny osobistej i otoczenia, w tym:

- szczególnej troski o dokładne mycie rąk u dzieci po skorzystaniu z ubikacji i przed posiłkami oraz po zabawach na placach zabaw i w piaskownicach,
- dokładnym myciu warzyw i owoców przed spożyciem,
- unikaniu zabaw w zanieczyszczonych piaskownicach,
- systematycznym myciu i dezynfekcji zabawek i innych przedmiotów codziennego użytku w miejscach przebywania dzieci,
- zachowaniu higieny w pomieszczeniach higieniczno – sanitarnych (dokładne mycie i dezynfekcja).

OWSIKI

Owsik ludzki to pasożyt pokarmowy należący do nicieni, który bytuje w jelicie cienkim i grubym. Powoduje szereg nieprzyjemnych i niekomfortowych objawów jak świąd w okolicy odbytu. Najskuteczniejszą ochroną jest dbanie o higienę osobistą, w szczególności czystość rąk i paznokci. **Na owsicę, czyli enterobiozę** w głównej mierze cierpią dzieci w okresie przedszkolnym i szkolnym.



OBJAWY OWSIKÓW U DZIECI I DOROSŁYCH

Charakterystycznym objawem jest świąd okolic odbytu i krocza, szczególnie w nocy. Wiąże się to z aktywnością owsików i ich wychodzeniem w celu złożenia jajeczek (jednorazowo od 8 do 12 tysięcy). Inne objawy to spadek łaknienia, bóle brzucha, łagodne biegunki, zmęczenie i niewyspanie, a także rany i podrażnienia w okolicach odbytu powstałe w wyniku drapania.

LEKI PRZECIWPASOŻYTNICZE NA OWSIKI

Najczęściej stosowanym lekiem jest pyrantel (pyrantelum). Jest to substancja, która poraża owsika — blokuje jego system nerwowy. Inne przedstawiciele to albendazol i mebendazol (mają odmienny mechanizm działania) — blokują wychwyt glukozy przez owsiki. Niektóre zioła posiadają również przeciworobacze właściwości, są nimi: wrotycz pospolity, bylica piołun, czosnek czy pestki dyni.



DIETA PRZY OWSIKACH I DIAGNOSTYKA OWSICY

Dieta bogata w węglowodany proste to dobra pożywka dla wielu patogenów, w tym pasożytów jak owsiki. Podczas zakażenia owsikami należy ograniczyć spożycie cukrów prostych, a zwiększyć spożycie błonnika i białka. Istotnym elementem w leczeniu i zapobieganiu jest badanie kału na obecność owsików. W badanie to przeprowadza się 2-3 krotnie, ponieważ pojedyncza próbka kału może dać wynik fałszywie ujemny.