

# Профилактика энтеробиоза

Энтеробиоз - заболевание, которое вызывают острицы. Острицы-мелкие тонкие гельминты белого цвета, длиной до 1 см, обитающие в кишечнике. Энтеробиозом болеют только люди. Это заболевание встречается повсеместно у лиц любого возраста, но чаще им болеют дети.

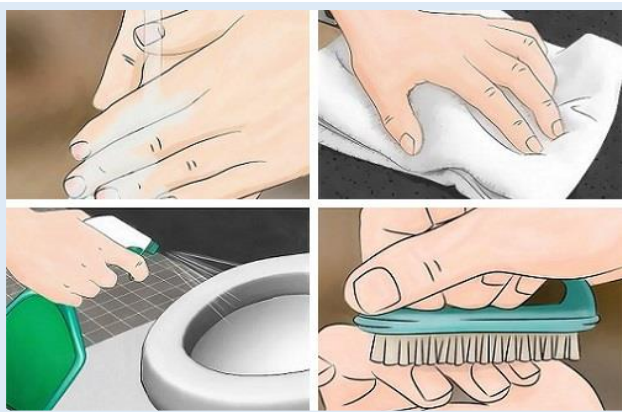


## Для профилактики заражения энтеробиозом выполняй те следующие правила:

- строго соблюдать правила личной гигиены;
- должны быть коротко острижены ногти и при каждом мытье рук подногтевые пространства тщательно очищать;
- отучать детей от привычки брать в рот пальцы, игрушки, посторонние предметы;
- ежедневно менять нательное белье;



- постельное белье ежедневно проглаживать горячим утюгом и не вытряхивать его в комнате;
- часто менять постельное белье (не реже 2 раз в месяц), стирать при температуре не ниже 60С;
- следить за чистотой в квартире, проводить уборку с пылесосом, вытряхивать ковры, подушки, одеяла и матрасы на улице;
- уборку проводить с мыльным раствором и часто менять используемую для уборки воду;



- мыть и обрабатывать пылесосом детские игрушки;
- в питании надо употреблять тщательно обработанные зелень и овощи;
- в рацион питания следует включать морковь, землянику, гранатовый сок, грецкие орехи, чеснок, чай из зверобоя, которые способствуют очищению организма от гельминтов.

