

## Глава 1

# КТО ТАКИЕ ПАРАЗИТЫ И ПОЧЕМУ С НИМИ НЕОБХОДИМО БОРОТЬСЯ

Думаю, вы согласитесь со мной, что «паразит» — не самое приятное или ласкающее слух слово русского языка. Иногда в сердцах мы даже можем использовать его как ругательное. И не зря. Ведь паразиты — это организмы, которые живут «за чужой счет», питаются клетками своего «хозяина», поглощают витамины и выделяют шлаки. В словаре дается следующее определение слова «паразит».

Паразиты (от греч. *parasitos*, то есть нахлебник, тунеядец) — организмы, питающиеся за счет других организмов (называемых хозяевами) и большей частью вредящие им. Паразиты вызывают ослабление и истощение организма хозяина, а нередко и его гибель.

Впрочем, оба определения едины в одном: паразиты — это крайне опасные вредители, враги человека. Даже если вы ведете здоровый образ жизни, занимаетесь спортом, соблюдаете режим питания и регулярно принимаете витамины, то будете чувствовать слабость и усталость, пока не избавитесь от «нахлебников», высасывающих из вас жизненные соки и энергию.

По данным Всемирной организации здравоохранения, до 80 % всех существующих заболеваний либо напрямую вызываются паразитами, либо являются следствием их жизнедеятельности в нашем организме. На сегодняшний день более 4,5 млрд человек заражено паразитарными болезнями. И это касается не только бедных, неразвитых стран — каждый третий европеец страдает от подобных недугов. Ежегодно они уносят 15–16 млн жизней.

Человеческому здоровью угрожает более 100 видов «тунеядцев», больших и маленьких: от микроскопических па-

разитов до глистов длиной в несколько метров. И обитать, вопреки распространенному мнению, они могут где угодно: не только в кишечнике, но и в пищеводе, печени, легких, мышцах, суставах, мозге, крови, на коже и т. д.

Многие очень тяжелые заболевания могут развиваться из-за живущих в человеке паразитов: это и бронхиальная астма, и сахарный диабет, и экзема, и псориаз, и воспалительные заболевания суставов. Паразиты вызывают аллергии, снижают иммунитет, поражают организм ребенка в утробе матери (в этом случае для борьбы с ними нельзя применить ни антибиотики, ни облучение, ни операции).

Вялотекущие болезни, вызываемые паразитами, могут быть очень опасными и трудно диагностируемыми. Современные инфекционисты бывают не в состоянии полноценно обследовать человека при помощи традиционных методов. Иногда врачи, неправильно определив причину того или иного недуга, назначают лекарственные препараты, которые, подавляя симптомы, только усугубляют состояние пациента. Поэтому с «нахлебниками» бороться важно и нужно. Причем желательно начинать еще на стадии профилактики. А о том, как это можно сделать, я расскажу вам в данной книге.

## **ОТКУДА ОНИ ПОЯВЛЯЮТСЯ И КАК ИМ УДАЕТСЯ «ПРЯТАТЬСЯ»**

Люди заражаются паразитами по-разному: через загрязненную воду и пищу, при несоблюдении элементарных правил гигиены (например, как бы банально это ни прозвучало, не помыв руки перед едой), злоупотребляя химикатами и некоторыми лекарственными препаратами или в процессе общения с домашними животными. Существует множество путей заражения, причем все они очень будничные, повседневные.

Заразившийся человек чаще всего даже не подозревает о грозящей ему опасности. Происходит это, потому что паразиты — «хитрые» и «умные» существа: их способность выживать и размножаться, а также долгое время оставаться незамеченными удивительна.

Как правило, люди склонны считать, что они здоровы, несмотря на хроническую усталость, частые простуды и аллергии. Иногда нам просто не хватает времени внимательней отнестись к своему состоянию. А признаки присутствия «тунеядцев» неявные, и распознать их сложно. Ведь симптомы заражения паразитами порой не отличаются от симптомов некоторых широко распространенных болезней, которые считаются легкими. Поэтому людям, хронически страдающим, скажем, простудами, нужно хотя бы два-три раза в год делать профилактическую очистку организма от паразитов.

Наше внутреннее загрязнение гораздо опаснее, чем наружное. И чем раньше мы это поймем, тем проще будет очиститься. Поэтому я призываю вас с большим вниманием изучить самые частые признаки заражения организма паразитами. Если вас начнет беспокоить хотя бы один из них, следует как можно скорее пройти диагностику и по необходимости начать лечение.

## КАК УЛИЧИТЬ «ТУНЕЯДЦА»

Наиболее распространенными симптомами заражения паразитами принято считать:

- ☐ запоры;
- ☐ понос;
- ☐ повышенное газообразование и вздутие живота;
- ☐ боли в суставах и мышцах;
- ☐ анемию (малокровие);
- ☐ аллергические реакции, сыпь, экзему;
- ☐ нарушение сна;
- ☐ нервозность;
- ☐ скрежетание зубами;
- ☐ хроническую усталость;
- ☐ пониженный иммунитет и прочее.

Результатом присутствия в организме паразитов могут являться и такие патологии, как избыточный вес или рез-

кая потеря веса, чрезмерное постоянное ощущение голода, плохой привкус во рту и запах изо рта, астма, диабет, эпилепсия, прыщи и угревая сыпь, мигрени, а также онкологические и сердечно-сосудистые заболевания.

## **БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ**

Наиболее уязвим к губительному воздействию паразитов неокрепший, развивающийся детский организм. Даже самый жизнерадостный, активный и общительный ребенок после заражения становится вялым, рассеянным и капризным. Кожа заболевшего малыша бледнеет, аппетит ухудшается. Ребенок начинает быстро переутомляться, жаловаться на головную боль, в некоторых случаях наблюдается отставание в развитии. Повышенная нервная возбудимость, частые судорожные припадки тоже указывают на вероятность паразитарного заболевания.

Заражение детей возможно еще на стадии внутриутробного развития. Например, трихомонада (об этом вредителе мы поговорим подробнее в следующей главе) попадает в организм ребенка даже на ранних сроках беременности.

Даже малыши, родившиеся абсолютно здоровыми, очень часто заражаются паразитами в детских садах, песочниках, от домашних питомцев. Да мало ли как! Безусловно, за ребенком бывает крайне сложно проследить, пока он не приучен к соблюдению правил гигиены и не избавился от привычки «пробовать на вкус» все, что видит.

Порой долгие годы подобное заражение остается незамеченным. Здоровье детей, которые страдают от «нахлебников» разного рода на протяжении длительного срока, находится под большой угрозой. Они подвержены частым простудам, бронхитам, у них могут развиваться серьезные хронические заболевания: экзема, диатез, астма. И, к сожалению, в таких случаях лечить пытаются, как правило, не основную, а только вторичные болезни. Или вообще везут малышей к экстрасенсам и народным целителям, отправляют за границу на дорогостоящие операции. Поэтому берегите здоровье детей и не забывайте, что паразиты, даже

кажущиеся маленькими и безобидными, могут причинить им большой вред.

### СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ

Знаете, меня всегда очень огорчает, когда от паразитов страдают дети. В самом начале жизни в их телах уже поселились настоящие кровопийцы, высасывающие из растущего организма здоровье и энергию. Часто приходится общаться с родителями, которые недоумевая спрашивают, откуда у их любимого чада могли появиться глисты. Но через пару минут выясняется, что Сашенька ездил с родителями отдыхать в Таиланд, а Машеньке дали попробовать суши, Димочка подрался с соседским мальчиком и тот набросал ему в рот песка, а у Дашеньки есть любимая кошка Мурка, которую она не выпускает из рук. Все эти, казалось бы, безобидные вещи приводят к тому, что в детских животиках ползают десятиметровые цепни, кишат клубки аскарид, в крови плавают тысячи личинок. Помните, дорогие родители, что главное в жизни — это здоровье. Берегите детей с самого раннего возраста, приучайте к гигиене, расскажите им об опасности паразитов, научите элементарным способам избежать заражения. Привлекайте своих малышей к дегельминтизации, пусть в будущем это станет для них доброй привычкой.

Итак, чтобы жить активной и полной жизнью, хорошо выглядеть и хорошо себя чувствовать, с паразитирующими в нас существами нужно бороться. В следующих главах мы подробнее поговорим о самых распространенных и опасных паразитах, которые угрожают нашему здоровью, а также о методах лечения и профилактике паразитарных заболеваний.