

Все знают, что рыба – ценный пищевой продукт. Прилавки рынков и магазинов радуют глаз: морская и речная рыба разных пород представлена в изобилии – свежая, мороженая, копченая, соленая, консервированная... Рыбу даже можно купить прямо у рыбаков: если Вы ехали по трассе Барнаул – Горно-Алтайск, наверное, видели огромных вяленых лещей, висящих на перекладинах. Однако мало кто знает, что в одной такой рыбине может находиться до 7000 личинок описторхов. Личинки эти в рыбе не заметны – они микроскопичны, но опасность от этого меньше не становится... Нам, жителям Западной Сибири, об описторхозе надо знать всё, ведь мы живем в самом напряженном очаге описторхоза на планете.

Итак, рыбы повинны в том, что люди болеют описторхозом. И не просто рыбы, а речные рыбы карповых пород – лещ, карась, карп, сорожка, чебак (язь), линь, пескарь, голянь, жерех и т.д. В некоторых водоемах Западной Сибири вся карповая рыба заражена описторхозом. По внешнему виду рыба выглядит нормально, так как личинок можно обнаружить, если под микроскопом просмотреть мышечную ткань рыб.

Моя знакомая заразилась описторхозом в гостях – не смогла удержаться при виде аппетитного вяленого леща. На следующие сутки она почувствовала тошноту и дискомфорт в животе. В это же время поднялась температура. Через неделю, не почувствовав улучшения, пошла к врачу. В общем анализе крови у заболевшей женщины нашли повышенное содержание эозинофилов. Как часто делается в таких случаях, врач назначил лабораторные анализы на гельминтозы, в том числе методом ИФА (иммуноферментный анализ). В сыворотке крови обнаружился высокий титр антител к описторхам. После лечения билтрицидом все симптомы прошли.

Об этом случае я рассказала однажды на лекции. Когда я закончила, ко мне подошла одна из слушательниц. «Мой муж – рыбак. Мы всю зиму едим вяленую рыбу. Можно я принесу ее на анализ?» - спросила она. На следующий день дама принесла в паразитологическую лабораторию совершенно сухую рыбешку. Рыбку на 2 дня замочили, а потом, зажав отрезанный кусочек мышцы между двумя стеклами, просмотрели под

микроскопом – и нашли живых личинок описторхов! Рыба была завялена осенью, а анализ проводился в январе. Позже, у всех членов этой семьи обнаружился описторхоз, который протекал почти бессимптомно.

Как же не заразиться - совсем не есть речную рыбу?.. Способы обеззараживания просты – рыбу нужно варить или жарить достаточно долго (20 мин.). Раньше считалось, что вымораживание в бытовом холодильнике может обезвредить личинок описторхов, но потом один из исследователей не обнаружил, что даже на 3 недели заморозки личинки остаются живыми. Они погибают только при очень низких температурах! Именно поэтому в Санитарных правилах теперь прописаны такие режимы заморозки рыбы: 32 часа при -28 градусах, 14 часов при -35 градусах, 7 часов при -40 градусах. Низкотемпературные холодильники должны быть на всех рыбоперерабатывающих предприятиях.

Описторхоз – опасное заболевание, ведь чаще всего поражается жизненно важный орган – печень (реже – поджелудочная железа). Именно туда проникают личинки описторхов, если Вы съели зараженную рыбу. Личинки прикрепляются к стенкам желчных протоков печени - и через 3 месяца вырастают до 1 см. Так как человек может подзаражаться описторхозом многократно, число паразитов в его организме может достигать 40 000 экземпляров. Причем, описторхи – долгожители среди глистов. Если не лечиться, они живут 30 лет! При большом скоплении описторхов желчные ходы забиваются ими – и появляется желтуха. Такие случаи у нас встречаются. Кроме того, в течение всей своей долгой жизни паразиты выделяют токсины, которые могут вызвать рак или цирроз печени.

Диагноз ставится при обнаружении яиц описторхов в фекалиях больного или при обнаружении антител к описторхам в сыворотке крови. Сейчас описторхоз лечится легко (курс лечения билтрицидом рассчитан на 1 день), но лучше лечиться в больнице, так как одновременно с назначением препарата проводят процедуры, чтобы удалить погибших описторхов из печени.

Итак, нашу речную рыбу надо есть с осторожностью – варите уху или жарьте рыбку в течение 20 минут. Остальные способы приготовления (копчение, посол, просушка) не убивают возбудителей описторхов.

О других рыбных паразитах

Кроме личинок описторха в рыбе могут находиться и другие опасные паразиты. Несколько слов скажем и о них.

В речной рыбе нередко бывают личинки широкого лентеца, который вызывает дифиллоботриоз. Правда, в отличие от описторхов, эти личинки довольно крупные – выглядят они как белые червячки до 1 см длиной. Внимательный человек заметит – и есть столь непривлекательную рыбу не станет. Если заражение всё-таки произойдет, то у человека через 3 месяца в кишечнике вырастет огромный – до 10 метров - ленточный червь. Присутствие его заметно – у больного человека при дефекации будут выходить белые ленты (обрывки это паразита). Лечится это заболевание (дифиллоботриоз) также как описторхоз - билтрицидом. Только дозировка препарата другая и госпитализации больного не требуется: выпил дома препарат – и здоров. Опасны щуки, ерши, налимы, окуни, а также икра этих рыб.

В Горном Алтае есть разновидность дифиллоботриоза (чаечный лентец), но заражаются люди им редко, так как личинки чаечного лентеца находятся не в мышцах рыбы, а в кишечнике, который при потрошении рыбы удаляется. За время моей практики я всего дважды встречалась с больными дифиллоботриозом – оба случая были вызваны чаечным лентецом. Один из заболевших (чабан из Улагана) заразился при употреблении хариусов, зажаренных на костре. «Я надеваю рыбку на прутик, солю, и не пороша ее, жарю прямо на огне, а потом ем...» - рассказывал он. «Но ведь, чтобы заразиться, надо съесть кишечник рыбы!» - удивилась я. «Ну, я живот у рыбы обсасываю. Там самый жир!» - признался любитель рыбы, который вместе в жиром проглотил личинку лентеца...

На Дальнем Востоке в речной рыбе находится двоюродный брат описторха – клонорх, который поражает тоже карповую рыбу, живущую в бассейнах рек Амура и Уссури. Там же можно в рыбе встретить еще одного паразита, опасного для человека – метагонимуса.

Большой спектр паразитов бывает в морских рыбах. Чаще всего люди видят личинок селечного червя – когда в селедке или другой морской рыбе (даже красной) обнаруживают свернутых спиралькой небольших белых червячков. Это анизакиды. Погибшие личинки вреда здоровью человека не приносят, но аппетита не прибавляют. Не так ли? А вот свежешеловленная рыба опасна. На Дальнем Востоке деликатесом является сырой рыбный фарш, приготовленный из красной рыбы. Хозяйки после посолки

фарша видят, как анизакиды, словно травка, поднимаются из рыбной массы – и снимают живых червей ножом. Но горе, если удалят не всех – когда анизакида с рыбой попадает в рот человека и проглатывается, она способна внедриться куда угодно – в стенку пищевода или желудка, в миндалину. Проникая довольно глубоко, она вызывает страшную боль. Как правило, больные в этом случае попадают к хирургу, который удаляет внедрившихся личинок. Из-за опасности анизакидоза при промышленной ловле рыбы весь улов промораживается в холодильнике в течение 5 суток, чтобы анизакиды погибли. Добавлю, что если рыба сильно заражена личинками анизакид, ее бракуют.

Опасны ракообразные – раки, креветки, крабы, живущие в пресноводных водоемах Дальнего Востока и стран Юго-Восточной Азии. Если съесть их без термической обработки, они вызывают парагонимоз, протекающий с поражением легких, головного мозга и других органов. От этого заболевания больные нередко погибают. Пишу это, потому что сейчас наши люди выезжают на отдых за рубеж, пробуя без всякого страха экзотические местные блюда. Вряд ли они отдадут себе отчет, что подобные кулинарные изыски могут иметь очень неприятные последствия для здоровья.

Совет один – рыбу и рыбопродукты можно употреблять только после термической обработки! А суши и роллы (с сырой рыбой) – не наша еда...

[Описторхоз. Памятка](#)