

Giardiasis



Giardiasis

Šta je Giardiasis?

Giardiasis je vrsta gastroenteritisa (Gastro) izazvan malenim parazitom, *Giardia lamblia* koji živi u crijevu.

Giardiasis može napasti svakoga iako je najčešća pojava kod beba, male djece i odraslih u dobi od 20 do 40 godina.

Šta su simptomi Giardiasisa?

Najčešći simptomi giardiasisa su proljev, mučnina i stomačni grčevi. Međutim, u nekim slučajevima nema simptoma uopšte.

Nakon zaraze, uobičajeno prodje sedam i deset dana prije nego se razboliš. Da bi se ustanovio uzrok oboljenja, veoma je bitno znati gdje si bio i sta si jeo i pio u periodu od četrnaest dana prije nego si se razbolio.

Bolest može trajati nekoliko ili sedmicu dana.

Gdje se nalazi Giardia?

Giardia lamblia paraziti nalaze se kod ljudi i kod divljih i domaćih životinja kao i kod kućnih ljubimaca.

Kako se Giardiasis širi?

Giardiasis se javlja kada se Giardia paraziti unesu na usta i najčešći put da se to dogodi je širenje ličnim kontaktom.

Ljudi sa giardiasis imaju Giardia lamblia u svom izmetu. Ukoliko ovi ljudi ne peru ruke uredno nakon korištenja WC-a, tada zaražene ruke šire parazite na površine i predmete koje će dodirivati drugi ljudi.

Zaražene ruke mogu također širiti parazite na hranu koju će jesti drugi ljudi.

Ruke također postaju zaražene parazitima kada osoba mijenja pelenu bebi zaraženoj giardiasisom.

Ljudi i životinje mogu imati Giardia u svom izmetu bez pojave ikakvih simptoma.

Ovi ljudi ili životinje još uvijek mogu prenijeti zarazu na druge.

Kućni ljubimci, domaća stoka i zaražena voda za piće također mogu širiti Giardia parazite.

Mislim da imam Giardiasis– šta da radim?

Ukoliko imate giardiasis o tome izvijestite vašeg liječnika odmah. Tako ćete biti sigurni da ćete imati ispravan tretman i savjet, te da su preduzete mjere za sprječavanje širenja zaraze.

Mogu li tada raditi?

Rukovaoci hranom, vaspitači i zdravstveni radnici sa giardiasisom ne smiju raditi dok simptomi ne prestanu.

Djeca ne smiju ići u obdaništa, vrtiće ili školu sve dok simptomi ne prestanu.

Kako mogu zaustaviti širenje toga na moju porodicu?

U vašem domaćinstvu, rizik od širenja giardiasisa može biti smanjen. Veoma je bitno da ljudi sa giardiasisom ili gastroenteritisom ne pripremaju ili rukuju hranom koju će jesti drugi ljudi i da ni sa kim, zajednički, ne koriste peškire.

Kako mogu izbjeći dobijanje Giardiasisa?

Slijedeći doljne upute svako može učiniti nešto da izbjegne giardiasis.

Pažljivo pranje ruku

Svako treba prati ruke temeljito sapunom i toplom tekućom vodom najkraće deset sekundi:

- prije pripremanja hrane;
- prije jela;
- poslije korištenja WC-a ili mijenjanja pelena;
- poslije pušenja;
- poslije korištenja papirnih rupčića ili maramica;
- poslije rada u vrtu;
- poslije igranja sa kućnim ljubimcima.

Rukovaoci hranom trebaju koristiti raspoložive papirne ubruse ili zračne aparate za posušivanje ruku. Platneni ubrusi se ne preporučuju zbog brzog prljanja i širenja klica sa jedne osobe na drugu.

Bezbjedno skladištenje i rukovanje hranom

- Propisno kuhati svu sirovu hranu.
- Propisno prati sirovo povrće prije jela.
- Podgrijavati hranu dok unutrašnja temperatura ne dostigne najmanje 60 C.

Napomena za korisnike mikrotalasnih pećnica

Zapamtite da dio procesa kod kuhanja u mikrotalasnoj pećnici ima period stajanja. Ukoliko koristite mikrotalasnu pećnicu, pročitajte upute proizvođača pažljivo i uzmite u obzir period stajanja kako biste bili sigurni da je hrana skuhanu prije nego se jede.

Čišćenje u kući

Kupaone i WC-i moraju se čistiti često kako bi se izbjeglo širenje infekcije.

Obratite posebnu pažnju na zahodska sjedala i ručke, pipe i stolove za mijenjanje pelena.

Sanduci sa pijeskom za igru mogu također biti zaraženi životinjskim izmetom i urinom. Pograbbite i očistite pijesak redovno i odstranite sve životinjske izmete. Pokrijte površinu kada se ne koristi.

Voda iz nepreradjenih izvora

Neprečišćena voda koja dolazi direktno iz jezera ili rijeka može biti zaražena izmetom ljudi ili životinja. Prokuhajte vodu iz ovih izvora prije pijenja.

Dječija obdaništa

Djeca su osobito podložna giardiasisu. Mijenjanje pelena i pomanjkanje higijene kod djece čine razmjenu ove zaraze u smještajima za čuvanje djece osobito visokom. Veoma je bitno pridržavati se temeljitog pranja ruku i čuvanja čistoće u dječjim obdaništima da bi se postigla kontrola kod sirenja ovih parazita.

Za daljnje obavijesti kontaktirati Communicable Diseases Section, Department of Human Services na telefon broj (03) 9637 4000.

Publikacija Odsjeka za javno zdravstvo.