



Хвороби, якими можливо заразитися на пляжі

Зараження [гельмінтами](#) – наслідок, що найчастіше трапляється після відвідування пляжу. Пляжний пісок – це, звичайно, не дворова пісочниця, але й не абсолютна стерильність. Багато власників собак вигулюють вранці тут своїх улюбленців, а тому в пляжному піску нерідко виявляються життєздатні яйця гельмінтів (аскарид, токсокар, волосоголовців, фасціол), цисти найпростіших, зокрема амеб тощо. Саме тому засмагати на пляжі найкраще лежачи на рушнику, простирадлі, тапчані чи шезлонгу. Всі ці предмети унеможливають безпосередній контакт шкіри з піском. З тієї ж причини не варто купатися в тих водоймах, поруч з якими присутні таблички: «Купання і виловлювання риби суворо заборонені». Такі заборони не виникають нізвідки. Найчастіше їх встановлюють після дослідження води, які напередодні пляжного сезону проводять епідеміологи. Дослідивши пробу води з того чи іншого озера, річки чи ставка, фахівці центрів контролю та профілактики хвороб роблять відповідні висновки про присутність в ній яєць паразитів, або їх дорослих особин.

Дуже обережно слід ставитися і до мокрого піску, оскільки тепле вологе середовище придатне для розмноження збудників мікозів (грибкових захворювань). Особливо легко спори грибів дістаються розмоклих після купання стоп. Тому підходити і виходити з води краще не босоніж, а в пляжному взутті.

Розгулюючи в мокрому купальнику або сидючи на прибережному піску, можна захворіти циститом (запалення сечового міхура). Уникнути цієї неприємності можна

двома способами: або купатися у воді тільки в спекотні дні, коли купальник встигає швидко висихати, або, вийшовши з води, одразу переодягатися в суху білизну.

Під час купання, особливо це стосується дітей, нерідко трапляються випадки проковтування річкової води, де присутні кишкові палички, ентеровіруси тощо. Уникнути зараження можна тільки в тому випадку, якщо ви відпочиваєте на спеціально обладнаних пляжах і купаєтеся у водоймах, вода яких регулярно досліджується.

Бажаємо всім приємного і безпечного відпочинку!