

# KIRMĖLIUKŲ PROFILAKTIKA

**Kokias profilaktines priemones rekomenduotumėte norintiems išvengti šių nemalonių ir sveikatai pavojingų susirgimų?**

Svarbiausia – laikytis higienos. Su muilu **plauti rankas** kiekvieną kartą, grįžus iš lauko, pasinaudojus tualetu, pažaidus su naminiu augintiniu, prieš ruošiant maistą ir prieš sėdant valgyti. Svarbu vaiką **atpratinti čiulpti pirštukus ir kramtyti nagučius** (tam galima naudoti ir specialų, vaistinėse parduodamą nagų laką. Įkišęs pirštelius į burnytę vaikas iškart pajus nemalonų, kartų skonį).

Taip pat svarbu; \_\_\_\_\_

## **Kūno švara:**

- laikytis visos higienos, dažnai praustis po dušu ar vonioje;
- dažnai keisti apatinius rūbelius ir suteptus viršutinius;
- naudoti tik švarius rankšluosčius ir patalynę.

## **Vandens ir maisto švara:**

- žmonių ir gyvūnų išmatomis neteršti paplūdimių, parkų, žaidimų ir sporto aikštelių, kiemų ir smėlio dėžių. Taip pat vandens šaltinių;
- negerti vandens iš atvirų vandens šaltinių, esant reikalui – vandenį būtinai virinti ir filtruoti;
- tirti užaugintų kiaulių ir sumedžiotų žvėrių mėsą dėl trichineliozės;
- valgyti tik gerai nuplautus vaisius, uogas ir daržoves. Neliesti maisto nešvariomis, žemėtomis rankomis, neleisti ant jo tupėti musėms.

## **Aplinkos švara:**

- reguliariai vėdinti ir drėgnai valyti gyvenamąsias patalpas, tualetus ir vonias, siurbti, dulkinti ir drėgnai valyti kilimus;
- vaiko žaislus periodiškai nuplauti vandeniu ir muilu.

## **Tinkamas elgesys su gyvūnais:**

- neleisti šuniukams ir kačiukams laižyti veido, o ypač lūpų;
- nevalgyti su augintiniais iš tų pačių indų;
- augintinius vedžioti jiems skirtose aikštelėse, surinkti į maišelius išmatas ir jas išmesti į konteinerį;
- periodiškai tirti augintinius dėl helmintų, prireikus gydyti. Rūpintis augintinių švara, neleisti vaikams žaisti su sergančiais gyvūnais;
- jokių būdu nežaisti su valkataujančiais gyvūnais!