**Токсоплазмоз**

**Токсоплазмоз** – это **паразитарное** заболевание человека и животных. Окончательным хозяином (то есть организмом, в котором паразит может размножаться) является кошка, промежуточные хозяева паразита – многочисленные птицы и звери, а также человек.



У человека заболевание в большинстве случаев протекает бессимптомно или проявляется такими неспецифическими симптомами, как ***утомляемость, небольшое повышение температуры, головная боль, увеличение лимфоузлов*** (чаще всего шейных и затылочных). Однако подобные явления могут быть признаками обычной простуды, поэтому в большинстве случаев заражение токсоплазмозом оказывается незамеченным, и человек даже не подозревает, что переболел этим заболеванием. **В тяжелых случаях заболевание сопровождается лихорадкой, суставными и мышечными болями и пятнистой сыпью.** Наиболее опасно поражение токсоплазмозом ***нервной системы*** (развитие менингоэнцефалита).

Особую опасность это заболевание представляет для **беременных женщин**. Во время беременности внедрение инфекции может **спровоцировать у будущего ребенка серьезные патологические изменения** (например, умственная отсталость, эпилепсия, внутричерепное давление, слепота).

Заражение человека токсоплазмозом может наступить при употреблении в пищу инфицированных продуктов животного происхождения, например **мяса, молока, яиц, не прошедших должным образом термическую обработку**, а также при контакте с кошками.

  Инфицированные токсоплазмами кошки за две недели способны выделять в окружающую среду порядка **двух миллиардов ооцист**, которые считаются заразными в течение двух лет. **Передача токсоплазм осуществляется при заглатывании пыли вместе с паразитами в тех местах, где испражнялась инфицированная кошка (например, песочница, огород, сад).** Также инфекцию можно занести через рот **с помощью загрязненных рук после контакта с больной кошкой**, на шерсти которой обычно сохраняются частички ее испражнений.

**Меры профилактики токсоплазмоза крайне просты:**

- нельзя близко контактировать с кошками, особенно с молодыми;

- уборка кошачьего туалета, кормление домашней любимицы и прочие неизбежные дела должны выполняться в перчатках;

- домашнюю кошку стоит регулярно обследовать на токсоплазмоз в ветеринарной клинике.

- необходимо избегать плохо проваренного и прожаренного мяса.

К мерам профилактики токсоплазмоза можно отнести также мероприятия по укреплению иммунитета. **Сбалансированное питание, достаточное количество витаминов, солнечного света, свежего воздуха, закаливающие процедуры, активное движение**, – словом, все, что входит в понятие здорового образа жизни, – может рассматриваться как мера профилактики множества заболеваний, и токсоплазмоза в том числе.