

Program edukacyjny „CzyściMY”

Temat: Owsica

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Gdańsku



Spis treści

1. Wstęp
2. Podstawowe informacje na temat owsicy
3. Sposoby zarażenia
4. Objawy
5. Leczenie
6. Powikłania nieleczonej owsicy
7. Warto wiedzieć
8. Co powinna zrobić szkoła / przedszkole?
9. Co powinien zrobić rodzic?

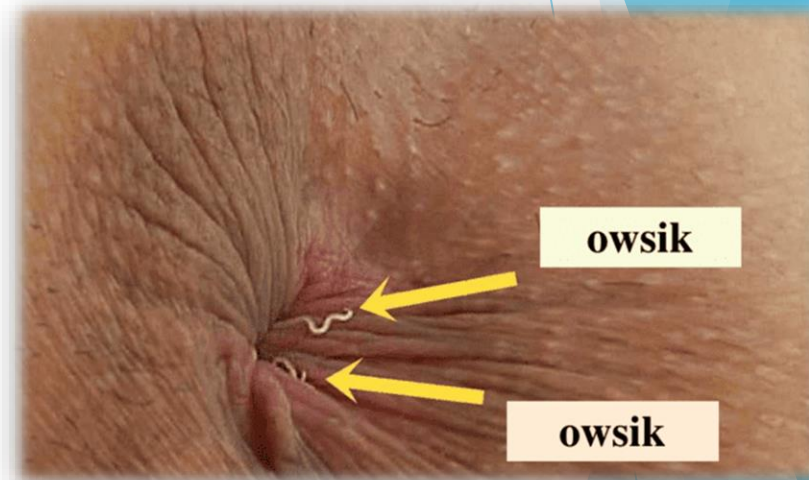
Choroba pasożytnicza - czy to naprawdę problem?

- ▶ Obecność pasożytów może być przyczyną wielu problemów zdrowotnych, które w konsekwencji doprowadzają do rozwoju licznych chorób pasożytniczych (parazytoz). Poszczególne choroby mogą różnić się od siebie czasem trwania i objawami.
- ▶ Pasożyty mogą żyć na powierzchni ciała żywiciela (tzw. pasożyty zewnętrzne) albo we wnętrzu ciała (tzw. pasożyty wewnętrzne).
- ▶ Pasożyty dostają się do organizmu człowieka na wiele sposobów: przez picie nieprzegotowanej wody niewiadomego pochodzenia, spożywanie niedomytych owoców, spożywanie surowego lub niedogotowanego mięsa, spożywanie produktów niewiadomego pochodzenia, brak higieny osobistej, ale też przez kontakt z ukochanym zwierzęciem i przebywanie w dużych skupiskach ludzkich.



Kilka podstawowych informacji na temat Owsicy

- ▶ Owsica jest jedną z najczęstszych chorób pasożytniczych jelita grubego
- ▶ Wywołana jest przez owsika - 1 cm, biały nicien przypominający wyglądem białą cienką nitkę (można dostrzec go gołym okiem).
- ▶ Występuje częściej u dzieci niż dorosłych (ze względu na brak nawyku przestrzegania higieny, np. mycia rąk)



Źródło: <http://koniczynka-med.pl/2018/05/09/owsiki.html>

1) inwazyjne jaja
dostają się
do przewodu
pokarmowego

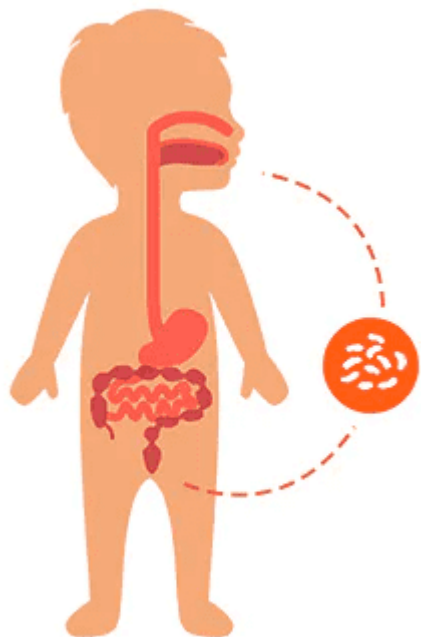
2) z jaj wylęgają się larwy

3) larwy wędrują
do jelita grubego,
dojrzewają przez
ok. 3 miesiące

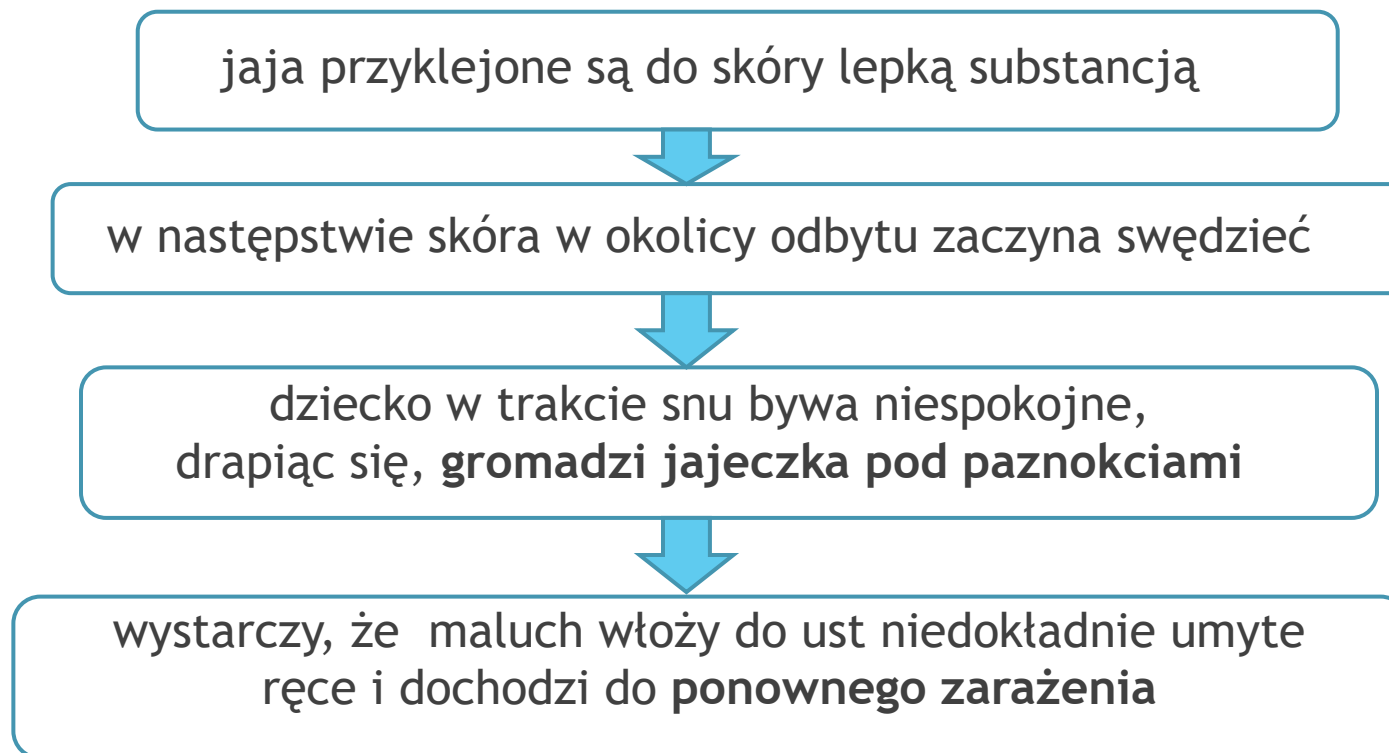
4) zapłodnione
samice
przemieszczają
się w stronę
odbytu

5) w nocy, samica
wychodzi na zewnątrz
ciała i składa jaja wokół
odbytu





Źródło: <https://parenting.pl>



Jaja spadają także na prześcieradło, wewnętrzną stronę ubrania. Gdy śluz obeschnie, unoszą się wraz z kurzem i mogą być wdychane z powietrzem lub osiadają na okolicznych przedmiotach. Poza organizmem człowieka, jaja owsika potrafią przeżyć do 20 dni, zachowując zdolność do zarażania aż przez 3 tygodnie.

Jak można się zarazić?

- ▶ zarażeniu sprzyja przebywanie dzieci w dużych skupiskach, np. w żłobkach, przedszkolach, szkołach
- ▶ zarażenie następuje **bezpośrednio poprzez przeniesienie jaj** na palcach ze swędzącej okolicy odbytu do ust
- ▶ Jaja mogą być także przenoszone na:
 - pożywieniu
 - przedmiotach codziennego użytku
 - bieliźnie, pościeli

Owsicą zarazić można się **także drogą kropelkową**. Jaja są bardzo małe i lekkie, przez co unoszą się w powietrzu. Wówczas osiadają np. na kurzu, który jest wdychany przez człowieka.

Owsica rozprzestrzenia się bardzo szybko wśród osób, które znajdują się w bezpośrednim otoczeniu chorego - np. domownicy lub rówieśnicy, z którymi ma kontakt.

Objawy

- ▶ Owsica może przebiegać bezobjawowo.
- ▶ Objawy zależne są od intensywności inwazji.
- ▶ Objawy mogą też się nasilać na skutek ciągłego „samozarażania”

Do najczęstszych objawów należą:

- świąd odbytu (szczególnie w porach nocnych)
- stan zapalny okolic odbytu wywołany nocnym drapaniem
- moczenie nocne
- nadmierna pobudliwość
- bezsenność i ogólne zmęczenie/osłabienie



U dziewcząt i kobiet owsiki mogą wywołać świąd i zapalenie sromu oraz pochwy

Jak walczyć?

Leczenie owsicy **nie jest** skomplikowane 😊

Polega głównie na przyjmowaniu odpowiednich leków.

Warunkiem skutecznego leczenia jest także zachowanie wysokiego poziomu higieny osobistej oraz utrzymywanie czystości pomieszczeń.

Należy podkreślić, że jeśli owsiki stwierdzono u dziecka, wówczas cała rodzina powinna zostać poddana terapii farmakologicznej, aby uniknąć wzajemnego zarażania się.



Źródło: www.medistore.com



Najważniejsze zasady to:

- zachowywać rygorystyczną **higienę osobistą** - bardzo często myć ręce, obciąć paznokcie na krótko,
- często **zmieniać bieliznę** osobistą (szczególnie po nocy),
- często **zmieniać pościel**,
- to co można należy **wyprać w 90°C** (tylko taka temperatura niszczy jaja owsików),
- utrzymanie **czystości w łazience** i pomieszczeniach sanitarno-higienicznych,
- dbanie o **czystość foteli, kanap, dywanów**, itp.
- mycie zabawek,
- **zmiana ręczników** (początkowo najlepiej codziennie).

Pomocniczo w trakcie leczenia owsicy ważna jest odpowiednia dieta: należy ograniczyć słodyczne, zwiększyć ilość błonnika w diecie (znajdziemy go w warzywach, owocach, pełnoziarnistym pieczywie i kaszach), co ułatwi pozbycie się owsików z jelit.

Nieleczona owsica...

może wywoływać wiele komplikacji, do których zalicza się:

- ▶ problemy z koncentracją, co może skutkować problemami z nauką i zapamiętywaniem;
- ▶ zaburzenia snu,
- ▶ zapalenie jelita grubego,
- ▶ zapalenie wyrostka robaczkowego,
- ▶ zapalenie skóry (wywołane ciągłym drapaniem okolic odbytu),
- ▶ utratę masy ciała,
- ▶ u dziewczynek - zapalenie żeńskich narządów płciowych.



Źródło: <http://www.wszpwn.com.pl>



Warto wiedzieć

- ▶ W temperaturze pokojowej owsiki mogą zarażać do 3 tygodni
- ▶ Pojedyncze larwy owsików trudno zauważyć, ale kiedy rozmnożą się nadmiernie, w kale dziecka wyraźnie widać żwawo ruszające się, białe, jednocentymetrowe „niteczki”
- ▶ Zgodnie z Ustawą z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (t.j. Dz.U. z 2019 r., poz. 1239), owsica nie podlega zgłaszaniu do Państwowego Powiatowego Inspektora Sanitarnego



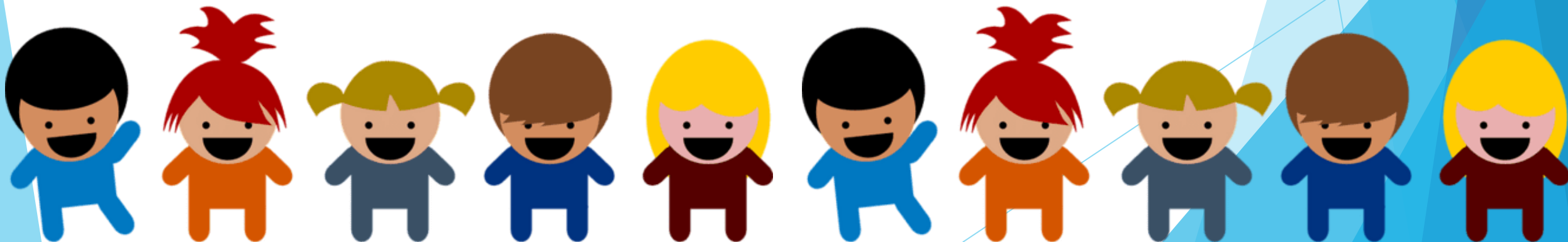
Gdy dziecko ma owsiki

Gdy zauważysz owsiki u swojego dziecka poinformuj o tym Dyrektora przedszkola/szkoły, do której uczęszcza.

Dzięki temu będą mogły zostać podjęte odpowiednie kroki, takie jak:

- dodatkowe sprzątanie,
- pranie dywanów,
- oddanie innym rodzicom pościeli do prania.

To wszystko pomoże zapobiec rozprzestrzenianiu się choroby.



Co powinna zrobić szkoła / przedszkole gdy pojawi się owsica?

Jako, że owsica jest chorobą mocno związaną z higieną, aby zapobiegać rozprzestrzenianiu się owsicy w placówkach oświatowych powinno się podejmować następujące kroki:

- ▶ Pilnować, aby dzieci przestrzegały higieny osobistej, szczególnie mycia rąk - zawsze po zabawie, przed posiłkami, po powrocie z podwórka, po skorzystaniu w toalety
- ▶ Pilnować czystości toalet i pomieszczeń sanitarnych, uzupełniać mydło w dozownikach, w przedszkolach, jeśli używane są nakładki na toalety powinny być one dedykowane jednemu dziecku, podpisane i odpowiednio przechowywane (nie jedna na drugiej)
- ▶ W placówkach powinno się wprowadzić wzmożony reżim sanitarny - dodatkowe sprzątanie, dezynfekcja (!)
- ▶ Wszystkie pluszaki, poduszki, koce, które znajdują się w klasach, świetlicy powinny zostać schowane (zlikwidowane)

CHECKLIST

| | |
|-------------------------------------|-------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |
| <input checked="" type="checkbox"/> | _____ |
| <input checked="" type="checkbox"/> | _____ |
| <input checked="" type="checkbox"/> | _____ |
| <input type="checkbox"/> | _____ |

W przedszkolach, gdzie dzieci leżakują:

- ▶ Przestrzegać zasad prawidłowego przechowywania pościeli, kocyków, poduszek - każda pościel powinna być ułożona osobno i nie dotykać innych
- ▶ Podpisywać leżaczki i pilnować, aby każde dziecko leżało tylko na swoim
- ▶ Pilnować, aby leżaczki były odpowiednio przechowywane (np. jeśli stoją w pokoju zabaw, powinny być przykryte specjalnym pokrowcem)
- ▶ Wprowadzić dodatkową dezynfekcję leżaczków (specjalnym preparatem do dezynfekcji)
- ▶ Oddać wszystkie pościele rodzicom do prania (z zaznaczeniem, że powinno się je wyprać w 90°C!)

Co powinien zrobić rodzic?

Zgodnie z zasadami prawidłowego leczenia owsicy należy:

- ▶ Pilnować, aby dziecko miało krótko obcięte paznokcie
- ▶ Pilnować częstej zmiany bielizny, szczególnie po nocy
- ▶ Często zmieniać pościel
- ▶ Często zmieniać ręczniki
- ▶ Pościel, bieliznę, kocyki, ręczniki prać w 90°C
- ▶ Czyścić zabawki, fotele, dywany
- ▶ Pilnować, aby dziecko myło często ręce
- ▶ Pilnować, aby dziecko nie brało rąk do buzi

Zadbać, aby leczeniem objąć wszystkich domowników!



Bibliografia

- ▶ Hadaś E., Derda M. „Pasożyty - zagrożenie nadal aktualne” Probl Hig Epidemiol 2014, 95(1): 6-13
- ▶ Nieśpiał A., Panasiuk L. „Poziom wiedzy rodziców na temat wybranych chorób pasożytniczych u dzieci w wieku przedszkolnym”, Aspekty zdrowia i choroby, 2017, 2,3: 77-91
- ▶ www.bezowsikow.pl/o-owsicy/owcica-co-to-jest-i-skad-sie-bierze.html (08.2019r.)
- ▶ www.medistore.com.pl/zdrowie/owsiki (08.2019r.)