Профілактика глистів у дітей

розділ: Дитячі паразитарні інфекції, дата: 15.08.2026, автор: Пеньков І.А., Пеньков А.Ю. за матеріалами ВООЗ та CDC

Профілактика глистів у дітей: що справді працює і чи потрібні таблетки для профілактики?

«Може, дати дитині щось від глистів для профілактики?» - це питання педіатри чують досить часто. Особливо якщо дитина відвідує садочок, грається в пісочниці, має домашніх тварин або просто часто тягне руки до рота.

Але чи потрібно насправді регулярно давати дитині протиглистні препарати, якщо немає жодних симптомів? І що дійсно допомагає зменшити ризик зараження?

Що таке «глисти»?

«Глисти» - побутова назва гельмінтів, тобто паразитичних червів. Існує багато різних видів гельмінтів, і вони мають різні шляхи передачі.

Серед відомих гельмінтозів - ентеробіоз, аскаридоз, трихоцефальоз, анкілостомоз, теніоз, токсокароз та інші. Саме тому не існує однієї таблетки від усіх паразитів, яку потрібно періодично приймати кожній дитині.

Для дітей особливо актуальним є **ентеробіоз - зараження гостриками**. Яйця гостриків можуть потрапляти на руки, під нігті, на білизну, іграшки та інші предмети, а звідти — до рота. Через це інфекція досить легко поширюється між членами однієї родини та в дитячих колективах.

Як дитина може заразитися гельмінтами?

Шлях зараження залежить від конкретного паразита.

Найчастіше це відбувається через:

- **брудні руки** - особливо після туалету, гри на землі або в пісочниці;
- потрапляння яєць паразитів до рота через предмети, іграшки або поверхні;
- недостатньо вимиті овочі, фрукти та зелень;
- воду або ґрунт, забруднені фекаліями;
- контакт із ґрунтом у регіонах, де поширені певні ґрунтові гельмінти;

- вживання сирого або недостатньо термічно обробленого м’яса - для окремих видів паразитів.

А домашні тварини?

Собаки та коти дійсно можуть бути джерелом **деяких** паразитарних інфекцій. Наприклад, яйця Toxocara можуть потрапляти в навколишнє середовище з випорожненнями собак або котів. Тому важливими є ветеринарний контроль домашніх тварин, прибирання їхніх випорожнень та миття рук після контакту з твариною або ґрунтом.

Але наявність кота чи собаки вдома **сама по собі не означає, що дитині потрібно регулярно давати протиглистні препарати**.

Чи потрібно давати дитині таблетки від глистів кожні 6 місяців?

Для більшості сімей це найважливіше питання.

Універсального правила «всім дітям давати протиглистні препарати раз або два рази на рік» не існує.

ВООЗ справді рекомендує профілактичну дегельмінтизацію без попереднього індивідуального обстеження, але ця рекомендація стосується **масових програм у регіонах, де ґрунтові гельмінтози є ендемічними та їхня поширеність серед дітей становить 20% або більше, Україна до цих регіонів не відноситься**. У таких умовах лікування проводять як захід громадського здоров’я.

Це не означає, що кожній дитині незалежно від місця проживання, симптомів та факторів ризику потрібно для профілактики приймати альбендазол, мебендазол або інший препарат навесні та восени.

Тактика залежить від конкретної ситуації: симптомів, можливих контактів, подорожей, виду ймовірного паразита та результатів обстеження.

Тому давати дитині протиглистні препарати для профілактики без рекомендації лікаря не варто.

Що тоді є справжньою профілактикою?

Найефективніша профілактика більшості поширених кишкових гельмінтозів досить проста.

1. Мити руки

Навчіть дитину мити руки з милом:

- після туалету;
- після вулиці та гри із землею або піском;
- після контакту з тваринами;
- перед їжею;
- після допомоги з прибиранням за домашньою твариною.

Для профілактики гостриків ретельне миття рук є одним із найважливіших заходів.

2. Стежити за нігтями

Нігті дитини краще тримати короткими й чистими. Важливо відучувати від звички гризти нігті або постійно тягнути пальці до рота. Під нігтями можуть затримуватися яйця гостриків та інші забруднення.

3. Добре мити овочі, фрукти та зелень

Продукти, які контактували із землею, потрібно ретельно мити перед вживанням. Для

профілактики ґрунтових гельмінтозів рекомендується за необхідності очищати та термічно обробляти овочі й фрукти.

4. Використовувати безпечну воду

Особливо це важливо під час подорожей та перебування в місцях із ненадійним водопостачанням. Вода, забруднена фекаліями, може бути одним зі шляхів передачі деяких паразитів.

5. Не дозволяти дитині ходити босоніж там, де ґрунт може бути забруднений

Ця рекомендація особливо актуальна під час подорожей до регіонів, де поширені анкілостоми та інші ґрунтові гельмінти: їхні личинки можуть проникати через шкіру.

6. Правильно готувати м’ясо

Деякі паразити передаються через сире або недостатньо приготоване м’ясо. Тому м’ясо, особливо свинина, яловичина та дичина, має проходити достатню термічну обробку.

7. Доглядати за домашніми тваринами

Домашня тварина повинна регулярно оглядатися ветеринаром та отримувати ветеринарну профілактику за відповідною схемою.

Також варто:

- своєчасно прибирати випорожнення тварин;
- не дозволяти дітям контактувати з ними;
- мити руки після гри з тваринами;
- закривати домашні пісочниці, коли ними не користуються.

Це допомагає зменшити ризик контакту дитини, зокрема, з яйцями Toxocara.

Що робити, якщо у дитини виявили гостриків?

Для ентеробіозу характерним симптомом є **свербіж навколо анального отвору, особливо ввечері та вночі**. Частина дітей при цьому взагалі може не мати виражених симптомів.

Якщо лікар підозрює гостриків, одним із основних методів діагностики є так званий **тест із липкою стрічкою** - матеріал із ділянки навколо анального отвору збирають вранці до підмивання та відвідування туалету. Центр з контролю та профілактики захворювань у США рекомендує проводити забір протягом трьох ранків поспіль.

Важливий нюанс: **звичайний аналіз калу не є найкращим методом для діагностики ентеробіозу**, оскільки в калі часто недостатньо яєць гостриків для їх виявлення.

При підтвердженому ентеробіозі лікування зазвичай включає повторну дозу препарату через два тижні, оскільки ліки знищують самих гельмінтів, але не їхні яйця. Також часто необхідно одночасно лікувати членів домогосподарства та дотримуватися посилених гігієнічних заходів.

У цей період особливо важливо:

- мити руки;
- щодня змінювати нижню білизну;
- приймати душ вранці;
- регулярно прати постільну білизну та рушники;
- не струшувати забруднену білизну;
- підтримувати короткі й чисті нігті.

А чи потрібно регулярно здавати аналізи на глисти здоровій дитині?

Обстеження має сенс тоді, коли є **симптоми або конкретні фактори ризику**, а метод діагностики залежить від того, якого паразита підозрює лікар.

Наприклад, при підозрі на гостриків потрібен тест із липкою стрічкою, тоді як для деяких ґрунтових гельмінтів лікар може призначити дослідження калу.

Тому просто здавати один і той самий «аналіз на паразитів» кожні кілька місяців без показань - не найкраща стратегія.

Коли варто звернутися до педіатра?

Проконсультуйтеся з лікарем, якщо:

- дитину регулярно турбує нічний свербіж навколо анального отвору;
- ви побачили черв’яків або схожі на них фрагменти у випорожненнях чи на білизні;
- є тривалі або повторні незрозумілі симптоми з боку шлунково-кишкового тракту;
- симптоми виникли після подорожі;
- дитина мала значний контакт із потенційно забрудненим ґрунтом або іншими відомими джерелами зараження.

Лікар визначить, чи потрібне обстеження, яке саме дослідження буде найбільш інформативним і чи необхідне лікування.

Головне для батьків

Профілактика гельмінтозів - це насамперед гігієна, безпечні продукти та вода, правильна термічна обробка їжі й догляд за домашніми тваринами, а не регулярний прийом таблеток від глистів.

Протиглистні препарати мають своє місце в медицині - для лікування конкретних інфекцій та в спеціальних програмах профілактичної дегельмінтизації в ендемічних регіонах. Але необхідність їх застосування конкретній дитині краще визначати разом із лікарем.

Якщо ви підозрюєте у дитини гельмінтоз або не знаєте, чи потрібне обстеження, **зверніться до команди Педіатр Плюс**. Лікар оцінить симптоми та фактори ризику, підбере необхідну діагностику й лікування без зайвих аналізів і препаратів.