

## Меры профилактики

1. Покупайте рыбу и морепродукты только в местах санкционированной торговли.

2. Соблюдайте правила технологической обработки рыбы:

- максимально быстрое потрошение;
- выдерживание в морозильной камере при температуре  $-18^{\circ}\text{C}$  в течение 11 суток.

3. Проводите полноценную тепловую обработку рыбы и морепродуктов:

- варка рыбы не менее 20 минут после закипания, при этом крупная рыба должна быть порезана на порционные куски; рыбных пельменей – не менее 5 минут с момента закипания; ракообразных и моллюсков – в течение 15 минут;
- жарка рыбы (рыбных котлет) порционными кусками в жире 15 минут, крупных кусков рыбы весом до 100 г – в распластанном виде не менее 20 минут; мелкой рыбы – целиком в течение 15-20 минут.

4. Не пробуйте сырую рыбу и фарш до окончания кулинарной обработки.

5. Проводите предварительную заморозку рыбы, предназначенной для холодного и горячего копчения, посола, маринования, в соответствии с режимами, представленными в п. 2.

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

г. Москва, 1-й Смоленский пер., д. 9, стр. 1

e-mail: [cgon@cgon.ru](mailto:cgon@cgon.ru);  
тел.: 8 (499) 241 86 28



## Анизакидоз



## Анизакидоз

Гельминтоз, которым человек заражается при употреблении сырой морской рыбы и морепродуктов, содержащих личинки анизакид. Характеризуется аллергическими симптомами и поражением желудочно-кишечного тракта.

## Возбудитель

личиночные стадии анизакид – нематоды *Anisakis simplex*, *Pseudoterranova decipiens* и др.

## Распространенность

Анизакиды обитают во всех морях и океанах.

**Анизакидоз регистрируется в странах Европы, Северной и Южной Америки, Юго-Восточной Азии, на Дальнем Востоке России.**



## Как происходит заражение?

При употреблении в пищу сырой или недостаточно термически обработанной рыбы (треска, палтус, камбала, навага, хек, морской окунь, корюшка, семга, кета, горбуша, голец и др.) и водных беспозвоночных (кальмаров, осьминогов, креветок и других ракообразных и моллюсков), в которых содержатся жизнеспособные личинки анизакид.

Особенно опасна рыба, которая не была выпотрошена сразу после вылова, так как после гибели рыбы происходит активная миграция личинок анизакид из кишечника в съедобные части рыбы.

**Риск заражения анизакидозом увеличивается параллельно росту популярности экзотических блюд из сырых морепродуктов и рыбы – суши, сашими, хе, севиче и др.**

## Симптомы

Аллергические реакции, тошнота, рвота, боль в животе, диарея, повышение температуры тела.

Возможно бессимптомное течение.

В большинстве случаев болезнь заканчивается спонтанным выздоровлением.

К возможным осложнениям кишечного анизакидоза относятся прободение кишечника с развитием перитонита. При ретроградной миграции личинок анизакид из желудка в пищевод возникают боль и раздражение в горле, кашель.

**Больной анизакидозом человек не представляет эпидемической опасности.**

