

## Owsiki u dzieci – wstydlivy problem, z którym niełatwo się uporać

Wiele osób nazywa je z przekąsem swędzącym problemem... o czym mowa? Oczywiście o owsikach, a dokładnie rzecz ujmując owsicy. Z badań Państwowego Zakładu Higieny wynika, że co 8 dziecko jest nią zarażone. Specyfika tej choroby sprawia, że gdy choruje jedna osoba, potencjalnie zagraża to wszystkim pozostałym członkom rodziny i osobom z najbliższego otoczenia. Jak pomóc choremu dziecku poradzić sobie ze wstydlivą dolegliwością? Jak powinni postępować członkowie rodziny? Na te i inne pytania odpowiadają eksperci programu „Zdrowa ONA”.

### Owsiki – w jaki sposób dają o sobie znać?

Owsiki kojarzą się przede wszystkim ze świądem w okolicy odbytu, który wymusza u dziecka odruch drapania. Nie jest to jednak jedyny sygnał, który wskazuje na zarażenie tym pasożytem. Rodzice powinni być szczególnie wyczuleni na każde niepokojące zachowanie malucha - **tłumaczy prof. UWM dr hab. n. med. Piotr Jurkowski, Kierownik Katedry Pediatrii, Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, ekspert programu „Zdrowa ONA”.**

Czerwone światło powinno się zapalić wtedy, gdy obserwujemy:

- zaczerwienienie i krostki, przeczasy w okolicy odbytu i sromu;
- problemy ze snem, wiercenie w łóżku;
- nadpobudliwość w ciągu dnia, problemy z siedzeniem w jednym miejscu przez dłuższy czas;
- brak apetytu, niechęć nawet do dotychczas lubianych pokarmów;
- bladość, ogólne osłabienie organizmu, problem ze skupieniem i koncentracją.

### Idziemy na wojnę z owsikami

Jeśli dziecko ma któreś ze wspomnianych wyżej objawów, najważniejsze jest niezwłoczne udanie się do lekarza i zastosowanie przepisanej przez niego leku. Jednak to nie wszystko. Tak naprawdę leczeniem powinna zostać objęta cała rodzina. Zaleca się też powtórzenie terapii po 2-4 tygodniach. Poza przyjmowaniem leków konieczne jest przestrzeganie przez wszystkich członków rodziny kilku podstawowych zasad higieny - **tłumaczy prof. Jurkowski.**

O jakich działaniach mowa?

- Paznokcie u rąk dziecka powinny być przycinane nieco częściej niż zwykle, co pozwoli uniknąć gromadzenia się jaj owsików w tych miejscach.
- Ubranka, w których śpi dziecko należy prać w bardzo wysokiej temperaturze, a po wysuszeniu dokładnie prasować.
- Na noc, by uniemożliwić przenoszenie jaj owsików z okolic odbytu do buzi dziecka można zakładać mu rękawiczki i obcisłe majtki.
- W ciągu dnia warto podmywać dziecko, nawet kilka razy. Pozwoli to na pozbycie się zagrożenia przenoszenia pasożytów.
- Mieszkanie, a w szczególności pokój dziecka należy codziennie odkurzać, a meble przecierać zwilżoną ściereczką, jaja owsików przenoszą się również przez kurzu.
- Warto wyparzyć zabawki dziecka bądź wyprać je w wysokiej temperaturze.
- Każdy z członków rodziny powinien mieć własny ręcznik i unikać kontaktu z ubraniami i rzeczami osobistymi osoby chorej.

*Podjęcie wyżej wymienionych działań to droga do szybszego pozbycia się pasożytów. Rodzice zapominają jednak często o zwykłej rozmowie z dzieckiem o tym, czego właśnie doświadcza. Warto wytłumaczyć mu, co się z nim dzieje, dlaczego musi przyjmować leki i dlaczego podejmowane są określone działania, np. po co tak nagle rodzice myją jego zabawki lub dlaczego tak często musi się myć. Czasem jednak po prostu trzeba pozwolić dziecku na wyłkanie się i zapewnić, że jest się tuż obok – **zauważa psycholog, mgr Adriana Klos, ekspert programu „Zdrowa ONA”.***

### **Raz i po sprawie?**

Przebycie choroby pasożytniczej takiej jak owsiki nie uodparnia przeciw powtórnym zachorowaniom. Szczególnie sprzyjają im duże zbiorowiska ludzkie, takie jak szkoły czy przedszkola. Ukształtowanie w dziecku nawyków odpowiedniej higieny i ostrożności pozwoli zmniejszyć prawdopodobieństwo powtórnego zachorowania.