

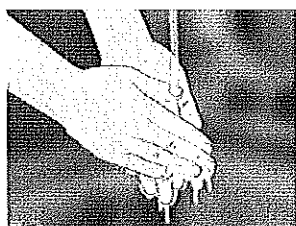
Come Liberarsi degli Ossiuri

Gli ossiuri sono dei parassiti nematodi sottili, simili a vermi, che provocano un forte prurito nella zona anale. A volte l'organismo è in grado di combattere da solo un'infestazione moderata, altre volte, a causa della natura altamente contagiosa dell'infestazione, viene consigliato di affidarsi alle cure mediche per sbarazzarsi dei parassiti in maniera più rapida.

Metodo 1 - Eliminare i Parassiti con una Buona Igiene

1 Mettere in pratica una pulizia accuratissima. Gli ossiuri hanno un ciclo di vita di circa 6 settimane, pertanto se vuoi liberarti dell'infestazione senza l'uso di farmaci e se vuoi evitare future recidive, tu e tutti i tuoi familiari dovete prendervi cura dell'igiene personale e della pulizia in genere per almeno un periodo altrettanto lungo.

- L'infestazione da ossiuri è molto contagiosa, quindi tutti i familiari devono essere coinvolti.
- Se trasmetti il parassita ad altre persone, puoi infettarti nuovamente.



Lavati spesso le mani. Lavale frequentemente con acqua calda e sapone per evitare di diffondere i parassiti.

Sii particolarmente premuroso in questa pratica di igiene e lavati le mani accuratamente dopo essere stato in bagno o aver cambiato i pannolini.

È altrettanto importante insegnare ai bambini l'importanza di lavare a loro volta le mani e assicurati che lo facciano accuratamente, perché spesso i bambini diffondono l'infestazione in maniera inconsapevole.

Tagliati e spazzolati le unghie. Le uova di ossiuri possono incastrarsi sotto le unghie quando ti gratti, quindi mantenendole corte e ben pulite puoi ridurre le probabilità che ciò si verifichi.

Le unghie corte ti consentono di non sviluppare cattive abitudini, come quella di mangiarle, che aumenterebbe il rischio di infezione.

Lava gli indumenti, le lenzuola e gli asciugamani. Le uova di ossiuri possono fissarsi anche su questi capi, soprattutto quando dormi, quindi è di estrema importanza lavarli ogni giorno in acqua molto calda e con un detersivo per bucato.

- Lava ogni giorno la biancheria intima, i pigiama, i pantaloni, gli asciugamani e le salviette finché l'infestazione non sarà debellata.
- Lava ogni giorno anche la biancheria da letto finché non prendi un farmaco antiparassitario; a quel punto è necessario lavarla solo il primo giorno di trattamento e poi ogni tre giorni circa.
- Se ti è possibile, asciuga tutti i capi in asciugatrice. L'alta temperatura è più efficace per uccidere i parassiti rispetto ad altri metodi di asciugatura.
- Non condividere asciugamani o salviette per non diffondere l'infestazione.

Fai il bagno ogni giorno. Fai una doccia calda almeno una volta al giorno durante l'infestazione. Usa un detergente o un sapone per il corpo quando ti lavi e non limitarti a risciacquarti solo con l'acqua.

- Presta particolare attenzione alla pelle attorno all'ano in modo da eliminare le uova.
- Cerca di lavarti al mattino, così puoi sbarazzarti di una quantità maggiore di uova accumulate durante la notte.

- La doccia è più efficace del bagno nella vasca perché riduci il rischio di diffondere i parassiti in altre parti del corpo. Le uova che si staccano quando sei nella vasca potrebbero rientrare dalla bocca o da altri punti del corpo.



Pulisci tutte le superfici che potrebbero essere potenzialmente contaminate. Questo passaggio è importante perché le uova possono attaccarsi agli oggetti con cui entri in contatto, come gli indumenti, i giocattoli, i piatti e i mobili. Ricorda che le uova possono sopravvivere anche 2 o 3 settimane fuori dal corpo.

- Pulisci ogni giorno la tavoletta del water.
- Pulisci e disinfetta regolarmente il bancone della cucina e altre superfici.
- Pulisci e disinfetta i giocattoli dei bambini.
- Metti lo spazzolino da denti nel mobiletto del bagno e risciacqualo con acqua calda prima di usarlo.

Smetti di grattarti. Sebbene gli ossiuri provochino un fastidioso prurito, devi evitare di grattarti nella zona anale, perché rischi di trattenere delle uova sulle dita per poi infestare altre persone.

- Grattando le zone infestate, le uova possono restare intrappolate sotto le unghie.
- Indossa dei guanti durante la notte, così eviti di grattarti inconsapevolmente.
- Tieni le unghie corte. Così facendo, anche se ti grattassi per errore, ci sarebbero meno probabilità che le uova restino incastrate sotto le unghie.

Metodo 2 - Eliminare gli Ossiuri con i farmaci

Chiedi al medico di prescriverti dei farmaci antiparassitari. I soggetti che provano un forte disagio o che hanno un'infestazione moderata o grave spesso vengono curati con dei farmaci antiparassitari potenti, che eliminano rapidamente gli esemplari adulti.

Richiedi una crema contro il prurito. Chiedi al medico di consigliarti una crema per trovare sollievo da questo disagio che sia sicura da usare nell'area anale.

Mantieni delle buone abitudini d'igiene. Sebbene il farmaco contro gli ossiuri sia efficace, è fondamentale che tu e tutti i familiari rispettiate delle buone norme igieniche per ridurre il rischio di nuove infestazione e/o di trasmissione dei parassiti. Segui le linee guida descritte nella prima parte dell'articolo per evitare che possano verificarsi nuove infestazioni e per ridurre il rischio di diffondere gli ossiuri ad altre persone.

CONSIGLIO

I bambini possono diffondere spesso i parassiti perché non capiscono l'importanza di mantenere delle buone norme igieniche. Insegna ai bambini come prevenire l'infestazione e assicurati che seguano le linee guida del trattamento.

AVVERTENZA

Gli ossiuri sono molto contagiosi, quindi è importante sottoporre al trattamento tutti i membri della famiglia per ridurre il rischio di una nuova infestazione o di diffusione della stessa.