

Vets Care Center

Τοξοπλάσμωση

Είστε έγκυος και έχετε γάτα; Τι πρέπει να γνωρίζετε

Υπάρχει μια διαδεδομένη αντίληψη ότι οι έγκυες γυναίκες δεν πρέπει να έχουν γάτες, καθώς υπάρχει κίνδυνος αποβολής. Στην πραγματικότητα, η εγκυμοσύνη και η συνύπαρξη με μια γάτα δεν αποτελούν πρόβλημα, εφόσον τηρούνται βασικοί κανόνες υγιεινής.

Ο βασικός λόγος ανησυχίας είναι το παράσιτο **Toxoplasma gondii**, το οποίο μπορεί να προκαλέσει τοξοπλάσμωση. Το παράσιτο αυτό ολοκληρώνει τον κύκλο ζωής του στις γάτες, οι οποίες αποβάλλουν τις ωοκύστες του μέσω των κοπράνων. Οι ωοκύστες είναι εξαιρετικά ανθεκτικές στο περιβάλλον και μπορούν να μολύνουν τόσο ζώα όσο και ανθρώπους.

Πώς μεταδίδεται το τοξόπλασμα;

Η έκθεση στο παράσιτο μπορεί να προκύψει όχι μόνο από τις γάτες αλλά και από:

- ✓ Κατανάλωση μη καλά πλυμένων φρούτων και λαχανικών
- ✓ Κατανάλωση ωμού ή μισοψημένου κρέατος
- ✓ Επαφή με μολυσμένο χώμα (π.χ. κηπουρική χωρίς γάντια)

Σύμφωνα με στατιστικά δεδομένα, περίπου **40% των γυναικών σε γόνιμη ηλικία στη Δυτική Ευρώπη έχουν ήδη περάσει τοξοπλάσμωση**, και το **50% των μολύνσεων στις ΗΠΑ οφείλεται σε τρόφιμα** – όχι στις γάτες.

Τι συμβαίνει αν κάποιος μολυνθεί;

Στις περισσότερες περιπτώσεις, το ανοσοποιητικό σύστημα περιορίζει το παράσιτο και δεν εμφανίζονται σοβαρά συμπτώματα, εκτός από ήπια συμπτώματα κρυολογήματος. Όσοι έχουν ήδη εκτεθεί στο τοξόπλασμα στο παρελθόν είναι **απίθανο να μολυνθούν ξανά** ή να το μεταδώσουν στο έμβρυο.

Η πραγματική ανησυχία αφορά τις γυναίκες που **εκτίθενται στο παράσιτο για πρώτη φορά κατά την εγκυμοσύνη**, ειδικά στο πρώτο τρίμηνο, καθώς τότε υπάρχει κίνδυνος να επηρεαστεί το έμβρυο.

Προστατευτικά μέτρα για εγκύους με γάτες

 **Μην απομακρύνετε τη γάτα σας!** Η συνύπαρξη είναι ασφαλής με προσοχή.

 **Αποφύγετε την επαφή με τα κόπρανα της γάτας.** Αν είναι δυνατόν, αναθέστε τον καθαρισμό της άμμου σε κάποιον άλλο. Αν πρέπει να το κάνετε εσείς, φορέστε γάντια και πλύνετε σχολαστικά τα χέρια σας.

 **Μαγειρεύετε καλά το κρέας και πλένετε σχολαστικά τα λαχανικά σας.**

 **Χρησιμοποιείτε γάντια στην κηπουρική.**

 **Συζητήστε με τον γιατρό σας για εξετάσεις αντισωμάτων PCR – μπορείτε να ελέγξετε αν έχετε ήδη εκτεθεί στο παράσιτο μέσω αιματολογικής εξέτασης.**

Συμπέρασμα

Δεν υπάρχει λόγος να αποχωριστείτε τη γάτα σας αν είστε έγκυος! Με λίγη προσοχή στην υγιεινή και με κατάλληλα μέτρα προστασίας, μπορείτε να απολαύσετε την εγκυμοσύνη σας χωρίς ανησυχία.