

 <p>ZZJZ MEĐIMURSKE ŽUPANIJE DJELATNOST KLINIČKE MIKROBIOLOGIJE</p>	<p><b>PREVENCIJA TOKSOPLAZMOZE</b></p>	<p>Oznaka dokumenta: Obr. 7.2.2/1</p>
		<p>Strana/stranica 1/1</p>
		<p>Izdanje/revizija 1/0</p>

## Draga trudnice !

**Vaš ginekolog poslao Vas je da u našem Laboratoriju napravite pretragu krvi na toksoplazmozu.**

Toksoplazmoza je zarazna bolest koja se prenosi sa životinje na čovjeka. Uzrokuje ju parazit *Toxoplasma gondii* čiji je konačni nosilac mačka. Toksoplazmom se može zaraziti čovjek i sve toplokrvne životinje (npr. miš, ovca, svinja). Najvažniji dio životnog ciklusa toksoplazma prolazi unutar tijela mačke, a izmetom dospijeva u tlo. Čovjek se može zaraziti putem zagađenog tla i vode ili konzumacijom nedovoljno termički obrađenog mesa (svinjetina, ovčatina, govedina). Toksoplazma u zdravih ljudi često prolazi neprimjetno, ali predstavlja opasnost za plod trudnice koja ranije nije bila u kontaktu s toksoplazmom. Stoga je naročito važno da trudnice budu upoznate s mjerama za sprječavanje toksoplazmoze.

**Pretragom u našem Laboratoriju utvrđeno je da Vi do sada niste bili u kontaktu s uzročnikom ove bolesti. U želji da Vaša trudnoća prođe uredno i bez komplikacija pripremili smo ovaj tekst u kojem je objašnjeno na što bi trebalo pripaziti da ne dođe do zaraze u trudnoći:**

Trudnice bi trebale izbjegavati kontakt s mačkama i mačjim izmetom (npr. pri čišćenju posuda s mačjim izmetom). Preporuča se da mačje kutije i posude s izmetom čiste muški članovi obitelji i da ih pritom ispiru vrelom vodom. Ulične mačke treba izbjegavati, a kućne bi trebalo spriječiti da love i ne hraniti ih sirovim mesom.

Preporuča se da trudnice koje rade sa zemljom ili u vrtu nose rukavice ili dobro operu ruke nakon rada i svakog kontakta sa zagađenim voćem, povrćem ili cvijećem. Voće i povrće koje se jede sirovo također treba dobro oprati. Trudnicama se preporuča da radije jedu kuhano, a ne sirovo povrće. Meso treba dobro termički obraditi ili prije upotrebe duboko zamrznuti.

Prehranu u restoranima brze hrane trudnice bi trebale izbjegavati. Također bi trebale izbjegavati konzumaciju mariniranog i dimljenog mesa, te mesa sa roštilja. Kad jedu u restoranu trudnicama se preporuča da odaberu ribu ili perad.