



Czy kot jest zagrożeniem dla kobiet w ciąży?

- Kot nie stanowi zagrożenia dla kobiet w ciąży ani innych członków rodziny przy zachowaniu podstawowych zasad higieny.
- Najczęstszą przyczyną zarażenia toksoplazmozą jest zjedanie niedogotowanego mięsa zawierającego formy inwazyjne pasożyta, prace ogrodowe w kontakcie z ziemią i brak higieny.
- Planując ciążę, kobieta może sprawdzić, czy ma we krwi przeciwciała przeciwko pierwotniakom *Toxoplasma*, wykonując odpowiednie badania laboratoryjne.

Toksoplazmoza jest chorobą pasożytniczą wywoływaną przez pierwotniaka *Toxoplasma gondii*. Choroba ta jest szczególnie niebezpieczna dla kobiet w

cięży, ponieważ może zagrażać zdrowiu i życiu dziecka. Najbardziej niebezpieczne jest zarażenie w pierwszym trymestrze ciąży, ze względu na możliwość śmierci płodu. Przed chorobą można się jednak stosunkowo łatwo ochronić, stosując podstawowe zasady higieny.

Koty jako żywiciela *Toxoplasma gondii*

Toxoplasma gondii to pierwotniak, dla którego wyłącznie koty i kilka innych gatunków kotowatych są żywicielami ostatecznymi (czyli „gospodarzami”, w których mogą się rozwinąć dorosłe postacie pasożyta, wytwarzające formy rozwojowe, np. jaja, które są źródłem zarażenia kolejnych żywicieli). Pozostałe ssaki (w tym ludzie i psy), jak również ptaki – mogą odgrywać jedynie rolę żywicieli pośrednich, czyli takich, u których nie ma możliwości rozwoju postaci dorosłych pasożyta.

Źródła zakażenia Toksoplazmą u kotów

Koty zazwyczaj ulegają zarażeniu poprzez zjedzenie pasożytów zagnieżdżonych w upolowanych gryzoniach lub ptakach (w postaci cyst), a także kiedy są karmione surowym bądź niedogotowanym mięsem zarażonych zwierząt gospodarskich. „Jednym z najważniejszych sposobów zapobiegania toksoplazmozie u kotów jest właściwe żywienie. Zwierzęta te nie powinny być karmione surowym mięsem ani nie powinno się im pozwolić na jedzenie upolowanych przez nie zwierząt” – podkreśla lek. wet. Dawid Jańczak, specjalizujący się w badaniu i leczeniu chorób pasożytniczych u zwierząt.

Źródła zakażenia Toksoplazmą u ludzi

Warto zauważyć, że oocysty (jaja *Toxoplasma gondii*) wydalane wraz z kałem kota nie są groźne natychmiast po wydaleniu. Potrzebują co najmniej 24 godzin, a zazwyczaj 2 – 5 dni, aby stały się inwazyjne i mogły spowodować zarażenie. Jak mówi lek. wet. Dawid Jańczak: „u ludzi może dojść do zarażenia zarówno poprzez spożycie surowego lub niedogotowanego mięsa, jak i poprzez połknięcie inwazyjnych oocyst, znajdujących się w skażonym środowisku”.

Statystycznie ponad połowa osób w Europie ma we krwi przeciwciała przeciwko pierwotniakom *Toxoplasma*, które powstały na skutek wcześniejszego kontaktu z pasożytem. Jeśli u kobiety jeszcze przed poczęciem dziecka nastąpił kontakt z pasożytem i wykształcone zostały przeciwciała, chronią one przed chorobą także w trakcie ciąży. Jeśli natomiast u spodziewającej się dziecka nastąpi zarażenie pierwotne, zarażony może zostać także i płód, czego konsekwencją bywają różnego typu poważne zaburzenia. Zasada jest taka – im wcześniejszy okres ciąży, tym cięższe zmiany występują u płodu.

Metody zapobiegania zakażeniu Toksoplazmą

Kobietom w ciąży, które nie miały wcześniej kontaktu z pierwotniakiem (czyli tym, które nie mają we krwi przeciwciał), zaleca się, aby spożywane przez nie mięso było odpowiednio ugotowane, usmażone albo poddane wcześniej zamrożeniu (-20°C przez dwa lub więcej dni). Konieczne jest również przestrzeganie

higieny przy przygotowywaniu potraw (mycie rąk, wyparzenie desek do krojenia i noży, stosowanie osobnych desek do krojenia mięsa itp.). Należy unikać również picia niefiltrowanej wody, a także zachować ostrożność przy pracach ogrodowych, aby przypadkowo nie przenieść jaj pasożytów z ubrudzonych ziemią rąk do ust. Powinno się także unikać kontaktu z kocimi odchodami i codziennie sprzątać kuwetę, aby nie dopuścić do przekształcenia oocyst w formy inwazyjne, co zajmuje 1 – 5 dni.