



## Profilassi della Toxoplasmosi

Evitare di mangiare carni crude o poco cotte.  
Cuocere le carni ad una temperatura maggiore di 66° C; il congelamento moderato diminuisce il numero degli organismi vitali, ma non è in grado di neutralizzarli completamente (ciò avviene con congelamenti a temperature di -20°C).  
Lavare con cura le mani dopo manipolazione di carne non cotta e prima dei pasti.  
Evitare contatti con animali, anche se domestici.  
Lavare con cura le mani dopo essere stati a contatto con animali, specie i gatti.  
Lavare accuratamente frutta e verdura.  
Evitare i contatti con la lettiera dei gatti e con i loro escrementi; se indispensabile, usare guanti e pulire la vaschetta ogni giorno.  
Alimentare i gatti solo con carni secche, cotte od in scatola.  
Lavare con cura le mani ogni volta che si fa del giardinaggio o si viene a contatto con la buca della sabbia in cui giocano i bambini; i recinti all'aperto contenenti sabbia vanno tenuti coperti quando i bambini non vi giocano.  
Bere solo latte pastorizzato.  
Attenzione a mosche e scarafaggi (possono essere vettori di cisti).  
N.B.  
Nel corso della gestazione la gravida non immunizzata controllerà ogni 30-45 giorni eventuali alterazioni degli anticorpi specifici (TOXO TEST).

Dott. Monja Ubertosi