



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ПАМЯТКА ДЛЯ ВЫЕЗЖАЮЩИХ В СТРАНЫ С ЭКВАТОРИАЛЬНО-ТРОПИЧЕСКИМ КЛИМАТОМ

В странах с экваториально-тропическим климатом широко распространены инфекционные и паразитарные заболевания.

Теплый влажный климат способствует длительному выживанию микроорганизмов в окружающей среде, активному выплуду насекомых и гельминтов.

Чаще всего инфекционные и паразитарные заболевания передаются через воду, загрязненные и недостаточно обработанные продукты питания, кровососущих насекомых (комаров, блох, слепней, moskitov, мошек, клещей и других), при контакте с больным человеком или загрязненным объектом окружающей среды, половым путем.

В странах с жарким климатом много ядовитых растений и животных, способных нанести существенный и непоправимый вред здоровью человека.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

- Уточните заранее в территориальных органах Роспотребнадзора и у туроператоров сведения об эпидемиологической ситуации в стране, где вы планируете отдыхать
- Употребляйте только ту пищу, в качестве которой вы уверены
- Пейте только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя использовать лед, приготовленный из сырой воды
- Обязательно подвергайте термической обработке мясо, рыбу, морепродукты
- По возможности не пользуйтесь услугами местных предприятий общественного питания и не пробуйте незнакомые продукты, не покупайте еду на рынках и лотках, не пробуйте угощения, приготовленные местными жителями
- В случае необходимости приобретайте продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах
- Мойте овощи и фрукты безопасной водой и обдавайте кипятком
- Всегда тщательно мойте руки с мылом перед едой



- Не допускайте при купании в водоемах и бассейнах попадания воды в рот
- Для защиты от укусов насекомых применяйте средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды), в помещениях обязательно закрывайте сетками окна и двери
- Если вы обнаружили места присасывания клещей, следы укусов кровососущих насекомых, высыпания или любые другие кожные проявления, немедленно обратитесь к врачу.

При планировании поездки в страны, неблагоприятные по тем или иным особо опасным инфекциям, желательно сделать профилактические прививки против распространенных в данной стране инфекций.

Обязательный перечень прививок, без которых въезд в ряд стран невозможен, относится к странам неблагоприятным по желтой лихорадке

Для профилактики малярии необходимо до выезда в эндемичные по малярии страны Африки, Юго-Восточной Азии, Южной Америки начать прием противомалярийных препаратов.

Вакцинацию против брюшного тифа рекомендуется провести за 2 недели до выезда в Индию, Таиланд, Таджикистан, Узбекистан и другие страны Средней и Юго-Восточной Азии.

Подробнее на www.rospotrebnadzor.ru