

Памятка туристам по профилактике инфекционных и паразитарных заболеваний на отдыхе.

В странах Евразии, Африки, Южной Америки, Океании с экваториально-тропическим климатом широко распространены инфекционные и паразитарные заболевания, многие из которых не встречаются или являются редкими в Российской Федерации.

Чаще всего инфекционные и паразитарные заболевания передаются через воду, загрязненные и недостаточно обработанные продукты питания, при контакте с больным человеком или загрязненным объектом окружающей среды.

Тропические инфекции передаются с кровососущими насекомыми (комарами, блохами, слепнями, москитами, мошками) и нередко протекают в тяжелой форме и трудно поддаются лечению.

Кроме того, в странах с жарким климатом имеется множество ядовитых растений и животных, способных нанести существенный и непоправимый вред здоровью человека.

Одной из самых распространенных и тяжелых болезней остается **малярия**. Максимальное число случаев малярии приходится на страны Юго-Восточной Азии и Восточного Средиземноморья. Почти половина случаев заболевания малярией в мире регистрируется в пяти странах мира: Нигерии, Демократической Республике Конго, Мозамбике, Уганде и Индии. Из стран Американского региона малярия регистрируется в Бразилии, Никарагуа и Венесуэле.

Еще одной из распространенных инфекционных болезней передающейся трансмиссивным путем (через укусы комарами) является **желтая лихорадка**.

По информации Всемирной организации здравоохранения в 2016-2018 гг. случаи заболевания **желтой лихорадкой** были зарегистрированы в Боливии, Бразилии, Колумбии, Эквадоре, Французской Гвиане, Перу и Суринаме.

Желтая лихорадка остается единственным заболеванием, требующим проведения вакцинации при въезде в страны, в которых существует риск заражения желтой лихорадкой (вакцинации подлежат взрослые и дети с 9 месячного возраста, защита наступает по истечении 10 дней после проведенной вакцинации).

В настоящее время наблюдается неблагоприятная ситуация по **холере** в Африканских странах (Сомали, Кения, Танзания), Индии, Тайланде.

Продолжает оставаться напряженной ситуация по **лихорадке Денге** в странах Азии: Шри-Ланка, Пакистан, Филиппины, Малайзия, Индонезия, Сингапур, Мальдивы.

Сохраняется напряженной эпидемиологическая ситуация по заболеваемости корью на Американском континенте, в Европейском регионе, в Китае. В 2018 году в Европейском регионе зарегистрировано 82569 случаев заболевания в 47 из 53 стран. Крупные вспышки кори регистрируются в

Украине, Грузии, Кыргызстане, Казахстане, Румынии, Италии, Франции, Чехии. Преимущественно, болеют не привитые против кори лица, а основными причинами не привитости являются отказы от вакцинации.

В целях профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания:

- употреблять только ту пищу, в качестве которой вы уверены;
- употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода); не употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
- желательно не покупать готовые блюда на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;
- овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком;
- перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом;
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;
- в целях защиты от укусов насекомых рекомендуется применять средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды), а также в помещениях обязательно засетчивать окна и двери;
- в отношении отдельных инфекционных заболеваний проводится вакцинация или химиопрофилактика.

Собираясь в другие страны Вам необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения, поэтому необходимо заблаговременно уточнять сведения об эпидемиологической ситуации в стране планируемого пребывания у туристических фирм или туристических операторов.

Желаем Вам приятного путешествия!