

## Информация для путешественников

Лето – сезон отпусков, многие отправляются в зарубежные поездки, желая посетить экзотические страны.

Путешествуя, необходимо помнить, что Вы находитесь в непривычных для Вас условиях питания, отдыха, климата, местных обычаев и нравов, что создает повышенный риск заражения инфекционным и паразитарными заболеваниями. Для этого до планируемой поездки следует посетить участкового врача поликлиники по месту жительства и получить его рекомендации относительно пребывания за рубежом.

Перед поездкой обязательно сформировать и иметь при себе аптечку первой помощи, которая поможет Вам при легких недомоганиях, сэкономит время на поиски лекарственных средств и избавит от проблем общения на иностранном языке.

Также, необходимо потребовать от туроператорской или турагентской организации актуальную информацию о заболеваниях, характерных для страны пребывания, а также мерах их профилактики.

Во время путешествия в страны, неблагополучные по инфекционным заболеваниям, соблюдая некоторые несложные, но очень важные правила проживания, питания и культурного отдыха во время поездки, вы сможете минимизировать риск ими заразиться:

Профилактика холеры и других кишечных инфекций.

Проживание допускается только в гостиницах, обеспеченных централизованным водоснабжением и канализацией.

Прием пищи допускается в определенных пунктах питания, где используются продукты гарантированного качества. Для питья следует употреблять только гарантированно безопасную воду и напитки (бутилированная или кипяченая вода, напитки, соки промышленного производства и гарантированного качества). Нельзя употреблять лед для охлаждения напитков.

Овощи и фрукты необходимо мыть кипяченой или бутилированной водой и обдавать кипятком.

Мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке.

Желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями. В случае необходимости можно приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах. При покупке продуктов следует обращать внимание на срок годности, соблюдать температурный режим их хранения. Категорически запрещается употреблять продукты после истечения срока их годности.

Не следует брать с собой в дорогу скоропортящиеся продукты (вареную колбасу, молочные и кисломолочные продукты, пирожные с кремом и др. кулинарные изделия с коротким сроком годности).

Необходимо строго соблюдать правила личной гигиены, в т.ч. гигиены рук. Перед едой и после посещения туалета следует всегда тщательно мыть руки с мылом, по возможности обработать их салфетками, пропитанными антисептиком для рук.

Не рекомендуется проведение экскурсий, других мероприятий (охота, рыбалка) в местах, не обозначенных официальной программой. Купание разрешается только в бассейнах и специальных водоемах, при купании в водоемах и бассейнах не следует допускать попадания воды в рот.

Профилактика инфекционных заболеваний, связанных с укусами насекомых-переносчиков (желтая лихорадка, лихорадка денге, лихорадка Зика, малярия и др).

Большинство кровососущих насекомых (блохи, клещи, комары, москиты, слепни, мошки и мухи) являются переносчиками ряда инфекционных и паразитарных заболеваний. Для предупреждения заражения во время отдыха необходимо избегать контактов с ними и соблюдать следующие защитные меры:

устройство оконных противомоскитных сеток, защитных пологов;

использование одежды с длинными рукавами, обработка кожных покровов и одежды репеллентами;

использование инсектицидов, фумигаторов;

надлежащая утилизация твердых отходов и уничтожение искусственных, сделанных человеком, сред обитания переносчиков (искусственных мелких водоемов);

хранение запасов воды в закрытых емкостях.



Желтая лихорадка – вирусная инфекция, передающаяся человеку через укус комаров рода *Aedes* и рода *Haemogogus*.

Профилактическая вакцинация против желтой лихорадки является самым надежным средством предупреждения заболевания.

В соответствии с положениями Международных медико-санитарных правил 2005 г. (далее - ММСП 2005г.) желтая лихорадка остается единственным заболеванием, требующим проведения вакцинации при въезде в страны, в которых существует риск заражения данной инфекцией. После иммунизации выдается Международное свидетельство о вакцинации против данной инфекции (далее – Международное свидетельство). Лица, совершающие поездку, у которых имеется Международное свидетельство, не считаются подозрительными на заражение, если даже они прибыли из неблагополучного района по желтой лихорадке, определенного ВОЗ. Лица, совершающие поездку, у которых отсутствует Международное свидетельство, въезжающие на территории стран, где имеются переносчики желтой лихорадки, а также совершающие поездки из стран, имеющие риски передачи желтой лихорадки, могут быть подвергнуты карантину на период инкубационного периода или иным профилактическим мерам, вплоть до отказа во въезде в страну, в соответствии со статьей 31 ММСП 2005г. Предъявлять сведения о проведении вакцинации транзитным пассажирам, находящимся в аэропорту менее 12 часов, не требуется.

Республика Беларусь при въезде иностранных граждан не требует обязательного предъявления данного сертификата.

Иммунитет после введения вакцины против желтой лихорадки вырабатывается через 10 дней после прививки и сохраняется в течение всей жизни. Вакцинации подлежат взрослые и дети с 9-месячного возраста.

Прививки против желтой лихорадки в Республике Беларусь проводятся централизованно на базе 19 районной поликлиники г. Минска (проспект Независимости, 119; контактный телефон тел. 267-07-22). Вакцинация проводится после предъявления справки установленного образца, выданной врачом организации здравоохранения по месту жительства гражданина, об отсутствии противопоказаний к вакцинации.

Профилактика бешенства, сибирской язвы, чумы.

Во время отдыха следует быть особенно осторожными при контакте с животными, так как они являются источниками многих инфекционных и паразитарных болезней. Особенно следует избегать контакта с дикими либо бродячими животными! Если при контакте с животным получен укус, оцарапывание или просто ослонение кожных покровов и слизистых оболочек, необходимо тщательно промыть эту часть тела водой с мылом и



немедленно обратиться к врачу для решения вопроса о проведении прививок против бешенства.

В целях профилактики указанных инфекций не рекомендуется приобретать меховые, кожаные изделия, а также животных и птиц у частных торговцев.

Для предупреждения заражения чумой важно избегать укусов насекомых (блох), являющихся переносчиками данной инфекции и проводить мероприятия по борьбе с насекомыми. На территории природных очагов чумы запрещаются ночевки вблизи нор грызунов, при отлове и разделке тушек промысловых грызунов следует соблюдать меры предосторожности, использовать индивидуальные средства защиты кожи рук.

Профилактика Ближневосточного респираторного синдрома коронавируса (БВРС-КоВ).

Человек может заразиться БВРС-КоВ при контакте с животными (верблюдами), продуктами животного происхождения, а также человеком, являющимся источником инфекции.

Для предупреждения заражения следует:

избегать мест большого скопления людей и прямого контакта с лицами, имеющими признаки инфекционного заболевания (лихорадка, респираторные проявления) и не использовать их личные вещи;

соблюдать правила пищевой гигиены. Не следует пить сырое верблюжье молоко и употреблять в пищу мясо, не прошедшее надлежащей тепловой обработки;

избегать контактов с верблюдами;

тщательно соблюдать правила личной гигиены, чаще мыть руки с мылом и использовать дезинфицирующие средства для рук;

стараться по возможности не касаться грязными руками глаз, рта и носа;

соблюдать «этикет кашля» (при кашле и чихании закрывать нос и рот носовым платком (салфеткой)).

Профилактика птичьего гриппа

Заражение человека может произойти при контакте с домашней и дикой птицей, отходами птицеводства, а также продуктами птицепереработки.

В странах, неблагополучных по птичьему гриппу, для предупреждения заражения необходимо соблюдать некоторые меры предосторожности:

избегать контакта с домашней и дикой птицей в домашних хозяйствах, на рынках и местах массового скопления птицы на открытых водоемах;

не рекомендуется покупать для питания мясо птиц и яйца в местах несанкционированной торговли;

мясо птицы и яйцо перед употреблением в пищу должно быть подвергнуто тщательной термической обработке (вирус погибает при температуре выше 70°C);

необходимо соблюдать правила товарного соседства при хранении продуктов питания и приготовлении готовых блюд: запрещается контакт сырого мяса птицы с готовыми блюдами;

следует строго соблюдать правила личной гигиены, в т.ч. гигиены рук, а также «кашлевой этикет».

Во время пребывания в любой стране важно избегать контакта с лицами, имеющими симптомы инфекционных заболеваний (лихорадка, кашель, одышка, сыпь, рвота, диарея и др.).

Если после возвращения из путешествия возникло лихорадочное состояние, тошнота, рвота, жидкий стул, кашель, одышка, сыпь на кожных покровах и слизистых, а также иные жалобы на состояние здоровья следует немедленно обратиться к врачу для осмотра и обследования на инфекционные и паразитарные заболевания и сообщить врачу о факте пребывания в той или иной стране. Необходимо помнить, что во время пребывания в стране, неблагоприятной по малярии, и в течение 3-х лет после возвращения, при любом повышении температуры следует немедленно обращаться в организацию здравоохранения и сообщать врачу о пребывании в «тропиках».

Соблюдение гражданами, выезжающими в зарубежные страны, мер личной безопасности и профилактики заболеваний, поможет сохранить санитарно-эпидемиологическое благополучие населения в Республике Беларусь.



Об эпидемиологической ситуации по инфекционным заболеваниям, имеющим Международное значение, в мае 2019г.:

## ЧУМА

МОНГОЛИЯ, 1 мая 2019 г.-зарегистрированы два летальных исхода от бубонной чумы.

## ЛИХОРАДКА ЛАССА

### ЗАПАДНАЯ АФРИКА

НИГЕРИЯ, 28 апреля 2019 г.-зарегистрированы восемь новых подтвержденных случаев лихорадки Ласса в четырех штатах: Ондо (4), Тараба (1), Плато (1) и Кебби (2), а также один летальный исход в штате Ондо.

12 мая 2019 г.-зарегистрированы четыре новых подтвержденных случая лихорадки Ласса в трех штатах — Эдо (2), Эбони (1) и Тараба (1).

## БОЛЕЗНЬ, ВЫЗВАННАЯ ВИРУСОМ ЭБОЛА (БВВЭ)

ДЕМОКРАТИЧЕСКАЯ РЕСПУБЛИКА КОНГО, 2 мая 2019г. с начала эпидемии общее число случаев заболевания БВВЭ — 1510, из которых 1444 — подтвержденные и 66 — вероятные. В общей сложности было зарегистрировано 994 летальных исхода.

Дата: 24 мая 2019 г.-с начала эпидемии общее число случаев заболевания БВВЭ составляет 1888, из которых 1800 подтверждены и 88 вероятные, из которых 1254 летальных исхода.

## ПОЛИОМИЕЛИТ, ВЫЗВАННЫЙ ДИКИМ ПОЛИОВИРУСОМ

АФГАНИСТАН, 2 мая 2019 г.-зарегистрирован один случай полиомиелита.

ПАКИСТАН, 4 мая 2019 года-зарегистрирован один случай полиомиелита, после которого в 2019 году общее число случаев полиомиелита составляет 11.

21 мая 2019 г.-зарегистрированы два новых случая заболевания полиомиелитом, вызванный диким полиовирусом.

НИГЕРИЯ, 2 мая 2019 г.-зарегистрирован один случай полиомиелита.

## КЪЯСАНУРСКАЯ ЛЕСНАЯ БОЛЕЗНЬ

### ИНДИЯ

КАРНАТАКА, 1 мая 2019 г.-зарегистрирован один случай заболевания Кьясанурской лесной болезнью, исход летальный.

## БЛИЖНЕВОСТОЧНЫЙ РЕСПИРАТОРНЫЙ СИНДРОМ (БВРС)

САУДОВСКАЯ АРАВИЯ, с 5 по 26 мая 2019 г. зарегистрировано 10 новых подтвержденных случаев заболевания БВРС-КоВ, включая 3 летальных исхода

### СИБИРСКАЯ ЯЗВА

ВЕНГРИЯ, 5 мая 2019 г.-органы здравоохранения Венгрии сообщили о четырех случаях заболевания сибирской язвой среди людей.

КЕНИЯ, 25 мая 2019г.- общая смертность от сибирской язвы среди буйволов составляет 145 особей.

ИНДИЯ, 26 мая 2019г.- в Каттангуре три овцы умерли от сибирской язвы.

## ЛИХОРАДКА ЗИКА

БРАЗИЛИЯ, 3 мая 2019 г.-зарегистрированы 46 случаев заболевания вирусом Зика.

ПЕРУ, 4 мая 2019 г.-зарегистрировано 14 случаев заболевания вирусом Зика среди беременных женщин.

## КРЫМСКАЯ ГЕМОРРАГИЧЕСКАЯ ЛИХОРАДКА

НАМИБИЯ, 21 мая 2019 г.-зарегистрированы семь подозрительных на КГЛ случаев в пяти регионах Намибии, включая один лабораторно подтвержденный случай из 7 протестированных образцов и один летальный исход.

## ЛИХОРАДКА ДЕНГЕ



ОСТРОВА КУКА, 1 мая 2019 г.- подтверждено 40 случаев заболевания лихорадкой денге.

ШРИ-ЛАНКА, 3 мая 2019 г.-сообщается о 15 летальных исходах от лихорадки денге и более 15 000 заразились лихорадкой денге на всей территории Шри-Ланки за первые 4 месяца этого года [2019].

ФИЛИППИНЫ, 4 мая 2019 г.-сообщается о 17 летальных исходах от лихорадки денге с января по 20 апреля 2019 года, и в общей сложности 4631 случай инфицирования в регионе Сокксксархен.

ТАЙВАНЬ, 6 мая 2019 г.-Южный Тайвань пострадал от вспышки лихорадки денге с 2000 случаями инфицирования. Около 100 случаев в день регистрировалось на Тайване в результате заболевания.

МАЛЬДИВЫ, 8 мая 2019 г.-число зарегистрированных случаев заболевания лихорадкой денге на Мальдивских островах возросло. Около 1912 случаев заболевания лихорадкой денге были зарегистрированы к концу апреля 2019 года, причем 506 случаев были зарегистрированы только в апреле 2019 года.

## ТАИЛАНД

В настоящее время регистрируется эпидемиологическое неблагополучие по лихорадке денге в Таиланде. С начала 2019 года в Центральных и Южных районах Таиланда зарегистрировано более 30 тысяч случаев заболеваний среди людей, в том числе за последние 2 недели - 21 тысяча, из них 90 случаев закончились летальным исходом.

МАВРИКИЙ, 9 мая 2019 г.-Маврикий сообщает о 127 случаях инфицирования лихорадкой денге.

АЛЖИР, 8 мая 2019 г.-зарегистрировано 358 подтвержденных случаев заболевания лихорадкой денге.

## ЛЕГИОНЕЛЛЕЗ

БЕЛЬГИЯ дата: 14 мая 2019 г.-один человек умер от легионеллеза в Эвергеме.

Дата: 17 мая 2019 г.-зарегистрирован один новый подтвержденный случай инфицирования легионеллезом.

США, дата: 24 мая 2019 г.,-зарегистрированы 22 подтвержденных случая.

## ГРИПП ПТИЦ



ВЬЕТНАМ, 20 мая 2019 г.- зарегистрировано 1120 сл. заболеваний у птиц  
(серотип: H5N1)