

Профилактика инфекционных заболеваний, вакцинация.

30 января – Всемирный день забытых тропических болезней (ЗТБ)



Фото из открытых источников

Самые распространённые – это малярия, различные лихорадки, брюшной тиф, гепатит А, холера, чума, паразитарные заболевания. Наибольший риск для заражения человека тропическими паразитарными болезнями представляют страны экваториальной Африки, Новая Гвинея, Соломоновы острова, Индия и бассейн Амазонки (Бразилия, Колумбия, Перу и др.).

Наиболее часто туристы заражаются трансмиссивными паразитарными заболеваниями через укусы насекомых – комаров, мошек, слепней. Одно из первых мест по частоте заражения занимает тропическая малярия, а также тропические гельминтозы-филяриозы, лейшманиозы и др.

Малярию вызывают паразиты *Plasmodium*, которые попадают в организм человека при укусах инфицированных комаров. Размножаются паразиты в печени и затем инфицируют красные кровяные клетки. При отсутствии лечения малярия может приобрести смертельно опасную форму из-за нарушения кровоснабжения жизненно важных органов.

Проявления филяриозов многообразны, как правило, в местах укусов насекомого появляется жжение, сильный кожный зуд, крапивница, легкая лихорадка. Несколько позже в месте укуса образуется отёк и подкожные узелки.

Большую опасность представляют тропические гельминтозы, заражение которыми происходит через неповреждённую кожу при использовании небольших водоёмов, с медленно текущей или стоячей водой, через влажную почву: стронгилоидозом, риштой (дракункулез), шистосоматозами. Особенно опасны заболоченные места, где обитают моллюски, личинки гельминтов – переносчики паразитарных заболеваний.

Через воду можно заразиться амёбной дизентерией, её называют «Болезнью дипломатов», а также «диареей туристов» - криптоспоридиозом. Опасность этих заболеваний в обезвоживание организма при многократном жидком стуле (при амёбной дизентерии - с кровью).

Особую опасность представляет холера. Основной путь распространения - через инфицированную воду и продукты питания. Клинические признаки - обильная потеря

организмом с поносом и рвотой жидкости и солей. Быстрое обезвоживание организма опасно для жизни.

Другие опасные инфекционные заболевания, характерные для стран с жарким и влажным климатом - лейшманиозы, лихорадка Денге, лихорадка Зика, желтая лихорадка, энцефалиты. Основные проявления этих заболеваний – повышение температуры, озноб, головная боль, кожный зуд, изменение цвета кожи, высыпания.

В целях профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо:

- употреблять пищу, в качестве которой вы уверены;
- употреблять гарантированно безопасную воду и напитки (в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя употреблять лёд, приготовленный из сырой воды;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
- при выезде в неблагополучные страны желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках; овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком, фрукты очищать от кожуры, не покупать уже очищенные фрукты;
- перед приготовлением и приемом пищи, а также после посещения туалета 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;
- при повышении температуры информировать врача о факте пребывания в стране с тропическим климатом.

Вакцинация может быть частью профилактики некоторых ЗТБ. Для решения вопроса о необходимости вакцинации рекомендуется обратиться за консультацией к врачу за 4–6 недель до поездки. В первую очередь нужно проверить наличие вакцинации от инфекций, входящих в национальный календарь профилактических прививок. Также существует календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям, в соответствии с которым при выезде в эндемичные территории показана вакцинация от инфекций, распространённых в тропических странах: жёлтая лихорадка, холера, брюшной тиф, гепатит А.