



Санитарно-эпидемиологическая служба  
Министерства здравоохранения Республики Беларусь  
Государственное учреждение  
«Брестский зональный центр гигиены и эпидемиологии»

**ВАЖНО ЗНАТЬ,  
ЧТОБЫ ОСТАТЬСЯ  
ЗДОРОВЫМ!  
ИНФОРМАЦИЯ  
ДЛЯ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ**



При планировании поездки за границу Вам необходимо уточнить у представителей туристической организации сведения об эпидемической ситуации в стране планируемого пребывания.

**ХОЛЕРА** – инфекционная болезнь, характеризующаяся быстрым обезвоживанием организма в результате рвоты и диареи. Возбудители холеры проникают в организм человека при употреблении инфицированных продуктов питания и воды. Наиболее опасными являются продукты, которые не подвергаются термической обработке. Заражение может произойти также во время купания в водоемах.

**РЕГИСТРИРУЕТСЯ В СТРАНАХ:** Африки (Ангола, Кения, Гвинея, Либерия, Мозамбик, Нигерия, Уганда, ЮАР, Судан, Гаити, ДРК, Сомали), Азии (Индия, Вьетнам, Ирак, Иран, Непал, Таиланд, Южная Корея, Вьетнам, Малайзия, Иран, Афганистан, Саудовская Аравия), Южной Америки (Бразилия, Венесуэла, Перу, Доминиканская Республика, Куба).

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** внезапное начало, диарея, рвота, температура тела обычно нормальная или немного понижена. Быстро развивается обезвоживание организма.

**ПРОФИЛАКТИКА:**

- употребляйте только воду в фабричной упаковке или кипяченую воду;
- не употребляйте термически не обработанные морепродукты;
- не используйте сырую воду для проведения гигиенических процедур полости рта;
- фрукты и овощи мойте бутилированной или водопроводной водой;
- не заглатывайте воду при купании в открытых водоемах;
- тщательно соблюдайте правила личной гигиены;
- не пейте на улицах разливные напитки;
- не пробуйте фрукты и овощи на рынках.



**ЧУМА** – инфекционная болезнь, проявляющаяся сильной интоксикацией, поражением кожи, лимфатических узлов, легких и развитием сепсиса. Заражение чумой происходит при укусах инфицированными блохами, контакте с большими животными и грызунами, а также воздушно-капельным путем при общении с больным легочной чумой.

**РЕГИСТРИРУЕТСЯ В СТРАНАХ:** Азии (Вьетнам, Тибет, Монголия, Китай, Кыргызстан, Казахстан), Америки (США, Эквадор, Боливия, Бразилия, Перу, Аргентина), Африки (ДРК, Мадагаскар, Танзания, Мозамбик, Уганда, Кения).

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** начинается остро с озноба и резкого повышения температуры тела до 39-40°C, сильных головных болей, иногда рвоты, позже присоединяется покраснение лица и конъюнктив, мышечные боли, на коже может появляться сыпь.

**ПРОФИЛАКТИКА:**

- избегайте контакта с грызунами и животными;
- следуйте только по маршрутам, определенным официальной программой;
- используйте в случае необходимости репелленты для предупреждения укусов блох.

**ЖЕЛТАЯ ЛИХОРАДКА** – это вирусное заболевание, передающееся человеку через укус комаров.

**ПЕРЕЧЕНЬ СТРАН, ТРЕБУЮЩИХ НАЛИЧИЯ МЕЖДУНАРОДНОГО СВИДЕТЕЛЬСТВА О ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПРИВИВКЕ ПРОТИВ ЖЕЛТОЙ ЛИХОРАДКИ:**

В Африке: Ангола, Бенин, Буркина-Фасо, Бурунди, Габон, Гана, Демократическая Республика Конго, Камерун, Конго, Кот-д'Ивуар, Либерия, Мали, Нигер, Руанда, Сьерра-Леоне, Того, Центрально-Африканская Республика;

В Южной Америке: Гвиана Французская.

**ПЕРЕЧЕНЬ СТРАН, ЭНДЕМИЧНЫХ ПО ЖЕЛТОЙ ЛИХОРАДКЕ, ПРИ ВЫЕЗДЕ В КОТОРЫЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПРИВИВКИ ПРОТИВ ЖЕЛТОЙ ЛИХОРАДКИ:**

В Африке: Гамбия, Гвинея, Гвинея-Бисау, Кения, Мавритания, Нигерия, Сенегал, Судан, Уганда, Чад, Экваториальная Гвинея, Эфиопия;

В Центральной и Южной Америке: Аргентина, Боливия, Бразилия, Венесуэла, Гайана, Колумбия, Панама, Парагвай, Перу, Суринам, Тринидад и Тобаго, Эквадор.

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** заболевание начинается остро с повышения температуры тела до 39-40°C, через 3-4 дня присоединяются желтуха, носовые кровотечения, кровоточивость десен.

**ПРОФИЛАКТИКА:**

- при выезде в страны, неблагополучные по желтой лихорадке, Вы должны сделать профилактическую прививку и получить международное свидетельство о вакцинации против желтой лихорадки в прививочном пункте городской поликлиники №19 по адресу: Минск, пр. Независимости, 119, тел. (8017) 2670722, 2670899 или на базе УЗ «Гродненская областная инфекционная клиническая больница» (г. Гродно, б-р Ленинского Комсомола, 57; контактный телефон (80152) 435209). Вакцинация проводится после предъявления справки установленного образца, выданной врачом организации здравоохранения по месту жительства гражданина, об отсутствии противопоказаний к вакцинации.

- применяйте средства защиты от комаров (репелленты).



**МАЛЯРИЯ** – тяжелое инфекционное заболевание, широко распространенное в странах с тропическим и субтропическим климатом. Заражение происходит при укусах малярийных комаров, без проведения своевременного специфического лечения возможен смертельный исход в очень короткий срок.

**РЕГИСТРИРУЕТСЯ** во всех странах Африки, странах тропического и субтропического поясов Северной, Центральной и Южной Америки (Аргентина, Боливия, Венесуэла, Перу, Суринам, Эквадор, Гаити, Гватемала, Гондурас, Доминиканская Республика, Коста-Рика, Мексика, Никарагуа, Панама, Сальвадор), Азии (Афганистан, Бангладеш, Бутан, Вьетнам, Индия (в т.ч. штат Гоа), Индонезия, Ирак, Иран, Йемен, Камбоджа, Китай, Лаос, Малайзия, Мьянма (Бирма), Непал, ОАЭ, Оман, Пакистан, Саудовская Аравия, Сирия, Таиланд, Турция, Филиппины, Шри-Ланка) и на островах Тихого океана (Вануату, Папуа-Новая Гвинея, Соломоновы острова), а также в Таджикистане, Азербайджане, Туркменистане, Узбекистане, Астраханской, Ростовской, Волгоградской, Самарской и других областях России.

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** повышение температуры, озноб, сильное потоотделение, головная боль, слабость, увеличение печени и селезёнки.

#### **ПРОФИЛАКТИКА:**

- остерегайтесь укусов комаров, используйте защитные кремы, аэрозоли, репелленты;
- принимайте определённые противомалярийные препараты за 1 неделю до выезда в неблагополучные страны, весь период пребывания и 1 месяц после возвращения. Выбор препарата зависит от страны пребывания, доза определяется врачом.



#### **ВИРУСНЫЕ ГЕМОРРАГИЧЕСКИЕ ЛИХОРАДКИ (ЗБОЛА, ЛАССА, МАРБУРГ, ДЕНГЕ, ЗАПАДНОГО НИЛА, КРЫМ- КОНГО, С ПОЧЕЧНЫМ СИНДРОМОМ И ДР.)**

**РЕГИСТРИРУЮТСЯ В СТРАНАХ:** Африки (Судан, Заир, Гвинея, Конго, Нигерия, Сьерра-Леоне, Бенин, Либерия, Египет, Марокко, Тунис, ЮАР, Йемен), Южной Америки (Аргентина, Боливия), Юго-Восточной Азии (Шри-Ланка, Вьетнам, Фиджи, Сингапур, Индонезия, Таиланд, Индия, Пакистан, Гонконг, Бали, Мальдивские острова, некоторые области РФ).

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** геморрагические лихорадки относятся к тяжелым вирусным заболеваниям со сходной клинической картиной, характеризующейся высокой температурой, геморрагической сыпью, кровотечениями из носа, десен, появлением крови в стуле и рвотных массах, головными болями, общей слабостью, болями в грудной клетке и желудке.

#### **ПРОФИЛАКТИКА:**

- строго соблюдайте правила личной гигиены;
- остерегайтесь укусов москитов, комаров, используйте защитные кремы, аэрозоли;
- исключайте контакт с обезьянами, грызунами, летучими мышами;
- не фотографироваться с экзотическими животными;
- не посещайте зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных, а также места, где осуществляется торговля животными, морепродуктами, птицей;
- строго придерживайтесь маршрутов путешествий, особенно в природных условиях.

#### **ИНФЕКЦИЯ, ВЫЗВАННАЯ КОРОНАВИРУСОМ COVID-19**

В начале января 2020 года появились сведения о вспышке неизвестной пневмонии в городе Ухань Китайской Народной Республики. Вскоре установлен возбудитель болезни – коронавирус 2019-nCoV. Источник инфекции в настоящее время не установлен. Большинство обнаруженных заболеваний посетили оптовый рынок морепродуктов Ухань.

**РЕГИСТРИРУЕТСЯ:** КНР, Сингапур, Гонконг, Таиланд, Южная Корея, Вьетнам, Австралия, Канада, Корея, Камбоджа, Малайзия, Непал, США, Япония, Филиппины, Индия, Россия, страны Европы (Италия, Финляндия, Испания, Германия, Франция, Бельгия, Швеция и Великобритания).

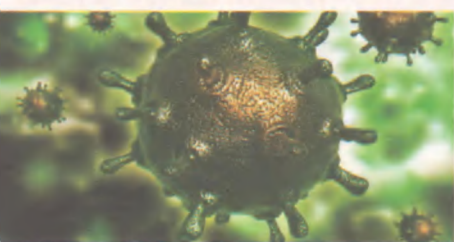
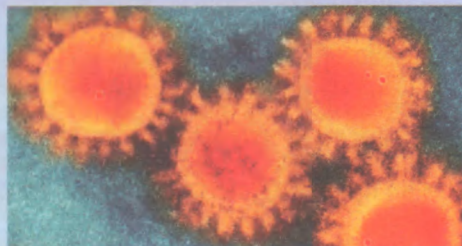
**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** высокая температура, интоксикация, сухой кашель, насморк, возможно развитие пневмонии.

#### **МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:**

- избегать контактов с людьми с признаками респираторной инфекции, а также мест массового скопления людей, использовать средства защиты органов дыхания (одноразовые медицинские маски, респираторы);
- соблюдать респираторный этикет при чихании или кашле;
- не посещать зоопарки, культурно-массовые мероприятия с привлечением животных, а также места, где осуществляется торговля животными, морепродуктами, птицей;
- соблюдать гигиену рук (с использованием мыла и антисептических средств), в том числе после посещения мест массового скопления людей;
- употреблять только достаточно термически обработанные продукты животного происхождения, бутилированную или термически обработанную воду.

После прибытия из стран, в которых регистрировались случаи инфекции, вызванной коронавирусом COVID-19, необходимо в течение 14 дней после прибытия по возможности минимизировать контакты с окружающими, не посещать массовых мероприятий и следить за изменениями в состоянии здоровья.

В случае появления симптомов, не исключая инфекционное заболевание (повышение температуры тела, кашель, одышка и другие), следует незамедлительно обратиться за медицинской помощью в организацию здравоохранения, минимизировав контакты с окружающими (вызвать скорую помощь).



**БОЛЕЗНЬ, ВЫЗВАННАЯ КОРОНАВИРУСОМ БЛИЖНЕВОСТОЧНОГО РЕСПИРАТОРНОГО СИНДРОМА (БВРС-КОВ),** проявляется тяжелым респираторным синдромом (атипичной пневмонией) с явлениями почечной недостаточности и дискинезией желудочно-кишечного тракта. Заражение людей происходит, преимущественно, от животных (верблюды), от летучих мышей. Не исключена передача инфекции от человека человеку при тесном контакте.

**РЕГИСТРИРУЕТСЯ:** Королевство Саудовская Аравия, ОАЭ, Катар, Иордания, Оман, Кувейт, Пакистан.

**ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:** высокая температура, кашель и одышка, пневмония является обычным явлением, но не всегда присутствует. Регистрируются также гастроэнтерологические симптомы, включая диарею.

#### **МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ:**

- частое мытье рук водой с мылом, можно использовать средство для обработки рук (антисептический спрей, салфетки);
- следует избегать блюд, не прошедших полную кулинарную обработку или приготовленных в неизвестных условиях;
- мыть фрукты, овощи и зелень перед употреблением;
- использовать кипяченую или бутилированную воду;
- избегать контактов с сельскохозяйственными, домашними и дикими животными;
- соблюдать дистанцию (не менее 1м) по отношению к лицам с предположительно инфекционными заболеваниями (кашель, насморк и др.).

Лицам, вернувшимся из стран Ближнего Востока, при появлении острого респираторного заболевания с температурой и кашлем необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью (вызвать врача на дом), сообщив при этом, что в течение последних 14 суток посещали страны Ближнего Востока.