

Vaksinišite se pre putovanja



Vakcinacija se veoma preporučuje pogotovu putnicima koji putuju u tropske krajeve. Možete se vakcinisati u lokalnoj sanitarno - epidemiološkoj stanici ili drugoj specijalizovanoj medicinskoj ustanovi. Listu mesta za vakcinaciju možete pronaći na internet stranici Instituta za javno zdravlje.

Zapamtite

- U zavisnosti od vrste vakcine, najbolje bi bilo se vakcinišete 6 do 8 nedelja pre putovanja, ali ne kasnije u smislu 4 nedelje pred putovanje.
- Vakcinacija je izuzetno važna ako planirate da putujete u ruralna područja, šumska podneblja ili mesta sa nedovoljno sanitarnih uslova.
- Podvrgnite se svim vakcinacijama koje su obavezne od strane međunarodnih ili lokalnih propisa. U suprotnom, dovešćete sebe u rizik da budete zaustavljeni na graničnom prelazu neke zemlje.
- Regulative što se tiče vakcinacije su promenljive, tako da pre nego što se odlučite za put proverite koje su obavezne a koje vakcine se preporučuju.

Rečnik bolesti

Žuta groznica

Virus koji se prenosi od strane komaraca, česta je pojava na području severnog dela Južne Amerike i Afrike. Može biti smrtonosan. Prilikom ulaska u nekoliko zemalja gde je vakcinacija protiv žute groznice obavezna, potrebno je da pokažete specijalnu „žutu knjižicu“ sa sertifikatom o imunizaciji. U Poljskoj, moguće je dobiti vakcinu protiv žute groznice u ovlašćenim centrima koji su označeni od strane Instituta za javnog zdravlje.

Tetanus i difterija

Tetanus je akutna zarazna bolest – može biti čak i fatalna – sa teškim tokom. Bakterija tetanusa često uđe u telo kroz inficiranu ranu i zbog toga se vakcinacija strogo preporučuje individualcima koji se bave ekstremnim sportovima i onima koji odlaze na terene gde se mogu lako povrediti. Difterija je takođe akutna zarazna bolest, njeni glavni simptomi su osećaj groznice, povraćanje, bolovi u grlu i teškoće prilikom gutanja.

Hepatitis A

Virusna bolest koja je česta za tropske zemlje i područja sa nedovoljno sanitarnih uslova. Tipični simptomi ove bolesti uključuju gastrointestinalne probleme, malaksalost, pospanost, glavobolju, nedostatak apetita. Hepatitis A se obično prenosi izlaganjem tečnostima i sekretu bolesne osobe ili uzimanjem kontaminirane hrane i pića. Vakcinacija protiv hepatitisa A preporučuje se putnicima širom sveta.

Hepatitis B

Infekcija hepatitisom B generalno se prenosi preko krvi (transfuzija, hiruški instrumenti, špricevi, tetoviranje, akupunktura) i u manjoj meri putem seksualnog kontakta. Vakcinacija se preporučuje ljudima širom sveta, kod kojih postoji rizik od izlaganja toj bolesti.

Tifus

Tifus je akutna infektivna bolest rasprostranjena u svim ekzotičnim zemljama sa tropskom klimom. Vakcinacija se strogo preporučuje putnicima koji planiraju duži boravak u ruralnim područjima tropskih zemalja. Kao bi se smanjio rizik od infekcije, vakcinišite se unapred i dok ste u inostranstvu ispoštujte sve sanitarne regulative – oprati voće i povrće pre nego što ga pojedete i pijte vodu iz pouzdanih izvora. Ljudi koji su oboleli od tifusa moraju se podvrgnuti medicinskom tretmanu u bolnici.

Poliomijelitis (dečija paraliza)

Visoko zarazna bolest koja mahom pogađa decu. Ovaj virus se prenosi kroz kontaminiranu hranu i piće. Prvi simptomi uključuju groznicu, ukočenost vrata, umor, glavobolju i povraćanje ali bolest može prouzrokovati oštećenje nervnog sistema i paralizu mišića. Vakcinacija je jedan od najefikasnijih metoda prevencije.

Meningitis

Rizik od ove zarazne bolesti javlja se mahom u centralnoj Africi, ali postoje slučajevi koji su se dogodili i u Aziji i Severnoj Americi. Prvi simptomi ove bolesti su ukočenost vrata, glavobolja i osip.

Malarija

Vakcina protiv malarije nije još uvek razvijena – uobičajno je da se koriste profilaktički lekovi. Ova bolest koja se prenosi od strane komaraca široko je rasprostranjena u preko 100 zemalja jugo – istočne Azije, Afrike i Južne Amerike (tropska područja). Simptomi malarije podsećaju na simptome gripa – groznica, bol u mišićima, osećaj hladnoće. Ako se to dogodi, odmah potražite medicinsku pomoć.

Denga

Jedna od najčešćih bolesti koju prenose komarci u tropskim zemljama. Tipični simptomi ove bolesti su osećaj groznice, glavobolje, bol u zglobovima (artralgija) a u nekim slučajevima – krvarenje. Dengu možete sprečiti tako što ćete se prethodno zaštititi od komaraca.

Besnilo

To je virusna bolest koja izaziva smrtonosni encefalitis. Rizik od dobijanja besnila je visok u tropskim zemljama, ali se može preventivno sprečiti dobijanjem vakcine na vreme.

Zapamtite!

Ako planirate putovanje u tropske krajeve, od najveće je važnosti kupti putno osiguranje! Ono će vam biti jako korisno i pokriće vam sve medicinske troškove ukoliko ih budete imali dok ste na putovanju.