

5 шагов защиты от малярии: памятка для путешественника

Малярия — опасное паразитарное заболевание, распространенное в странах с тропическим и субтропическим климатом. Ежегодно в мире регистрируется более 200 миллионов случаев заболевания. Для Республики Беларусь малярия не является эндемичным заболеванием, однако существует риск завоза инфекции туристами, возвращающимися из путешествий.



Шаг 1. Химиопрофилактика

Принимайте препараты, назначенные врачом, за 1-2 недели до выезда, весь период пребывания и 4 недели после возвращения



Шаг 2. Защита от укусов

Используйте репелленты на кожу и одежду, применяйте электрофумигаторы в помещениях и спите под пологом, обработанным инсектицидом.



Шаг 3. Правильная одежда

В вечернее и ночное время выбирайте светлую одежду из плотных тканей, максимально закрывающую руки и ноги.



Шаг 4. Защита жилья

Закрывайте окна и двери, используйте москитные сетки и отдавайте предпочтение номерам с кондиционерами.



Шаг 5. Бдительность после поездки

При любом повышении температуры в течение 3 лет после возвращения немедленно сообщите врачу о своей поездке в тропики.

География риска

Где можно заразиться?

- Наибольшая опасность сохраняется в Африке (к югу от Сахары), Юго-Восточной Азии (Индия, Таиланд), Южной Америке (Бразилия, Перу) и некоторых странах СНГ (Таджикистан, Азербайджан).

Перед поездкой обязательно уточните эпидемиологическую ситуацию в конкретной стране у туроператора или в посольстве.

Важные правила

Чего делать НЕЛЬЗЯ

- ✗ Не полагайтесь на чеснок или гомеопатию
- ✗ Не прерывайте курс таблеток раньше срока
- ✗ Не занимайтесь самолечением

Чек-лист перед поездкой

- ✓ Проконсультируйтесь с инфекционистом
- ✓ Купите запас лекарств
- ✓ Оформите страховку с покрытием лечения малярии
- ✓ Возьмите репелленты



Помните: малярия легче предотвращается, чем лечится. Тропическая малярия при позднем обращении может привести к летальному исходу за считанные дни. Ваша безопасность — в осознанной подготовке к путешествию!