**Инфекции, с которыми вы можете столкнуться в других странах**

Прежде чем планировать путешествие, необходимо поинтересоваться эпидемиологической ситуацией в выбранной стране. Есть целый ряд инфекций, с которыми путешественник может столкнуться, выезжая за пределы родного края. От одних поможет защититься своевременная вакцинация, от других – соблюдение санитарно-гигиенических правил.

Готовьтесь к поездкам тщательно, соблюдайте санитарно-гигиенические правила.

Если отпуск планируется в эндемичных странах, то перед поездкой рекомендуется вакцинироваться.

**Гепатит А.** Так называемая «болезнь грязных рук» передается человеку через воду, грязные продукты, общую посуду. Прививка от гепатита А рекомендуется путешествующим в страны Юго-Восточной Азии и Африки.

**Брюшной тиф.** Эта инфекция также связана с нарушением санитарии. Высокий риск заразиться у туристов в Индии, странах Средней Азии и северной Африки.

**Бешенство.** Вакцинация рекомендована тем, кто собирается в Таиланд, Китай, Вьетнам, Индию и страны Южной Америки. Инфицирование происходит через укус животного (чаще всего собаки). В странах Южной Америки источником могут стать летучие мыши.

**Менингококковая инфекция**. Острое бактериальное заболевание. Передается воздушно-капельным путем. Самое широкое распространение эта инфекция получила в странах Центральной Африки, Южной Америки, а также в Монголии и Китае.

**Желтая лихорадка.** Тяжелое вирусное заболевание, передающееся человеку через укус комара. Эндемичными по этой инфекции являются Аргентина, Бразилия, Венесуэла, Колумбия, Перу, Нигерия, Ангола, Конго, Эфиопия и некоторые другие южноамериканские и африканские страны.

Для их посещения необходим международный сертификат о вакцинации, который действителен в течение всей жизни.

Однако есть ряд стран, где можно подхватить инфекцию, от которой нет доступных вакцин.

В первую очередь, это страны Южной Америки и Африки, где распространены малярия, лихорадка денге и чикунгунья. Также последние две инфекции также распространены в Юго-Восточной Азии и на островах Карибского бассейна.

Для предотвращения малярии принимают профилактические средства до въезда в такую страну, весь период пребывания там и некоторое время после возвращения.

Кроме этого, при путешествии в страны Юго-Восточной Азии, Африки, Центральной и Южной Америки необходимо особенно тщательно соблюдать санитарно-гигиенические правила:

- мыть руки,

- пить только бутилированную воду,

- мыть фрукты и овощи,

- не покупать продукты и не употреблять пищу в сомнительных заведениях.

Все эти меры позволят снизить риск заболеть кишечными инфекциями и гельминтозами.

*Источник: Роспотребнадзор*