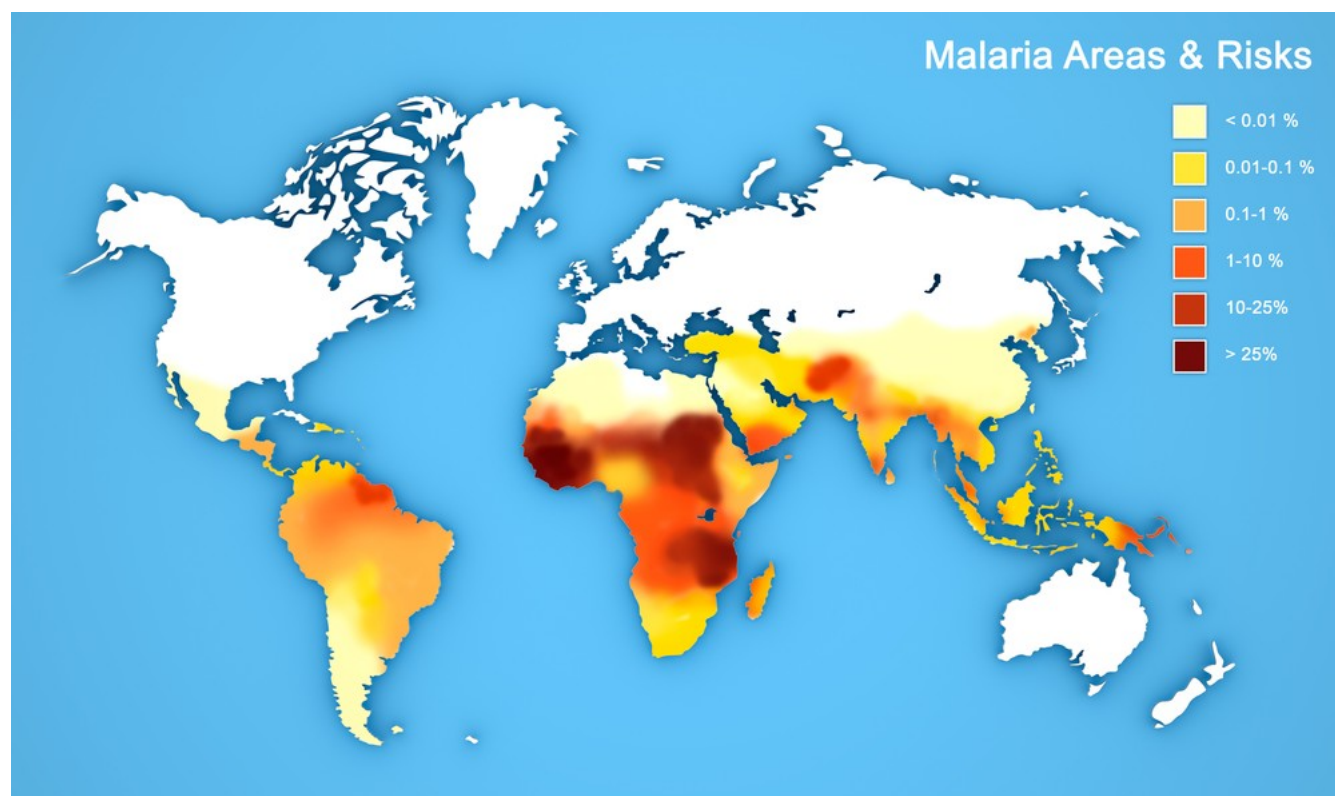


Коронавирус на целый год лишил россиян зарубежных путешествий. Как только открылись границы, народ поехал в теплые страны. Пока выбор направлений невелик. Чаще всего едут в Танзанию или Турцию. Мы видим отголоски этих путешествий, когда возвратившиеся российские граждане заболевают ковидом, малярией, сонной болезнью или экзотическими для нас тропическими болезнями.

Если Турция относительно благополучная страна, то Танзания (как и вся Африка!) таит множество опасностей для здоровья, о которых туроператоры не всегда информируют.

Самая распространенная болезнь тропических стран – малярия. На карте показано распространение малярии в мире (желто-коричневым цветом): чем темнее область – тем выше заболеваемость. Вы сами видите, что Африка – малярийный континент.



Каждый год среди туристов, заболевших малярией, регистрируются летальные исходы.

Наиболее опасна тропическая малярия. О риске заражения должен быть информирован каждый человек, выезжающий в тропические страны!

Что такое малярия?

Малярия – паразитарное заболевание, возникающее после проникновения в организм человека через укус комара паразитов. Первые симптомы появляются через семь или более дней (обычно через 10-15 дней) после укуса инфицированного комара. Но иногда инкубационный период (скрытый период после укуса зараженного комара до начала болезни) растягивается до 3 лет!

Малярийные паразиты поражают (уничтожают) эритроциты – красные кровяные тельца. Эритроциты в крови - главные переносчики кислорода. Заболевание протекает с характерными симптомами: повышением температуры, ознобом, обильным потом, слабостью, головной болью, болью в мышцах и суставах, увеличением селезёнки, печени и развитием анемии. Для малярии характерны периодические подъемы температуры (малярийные приступы) с ознобом, которые заканчиваются обильным потоотделением. Существуют 5 видов малярийных паразитов. Самая опасная форма малярии – тропическая, при которой высок процент летальных исходов.

Как защититься от малярии?

Лицам, выезжающим в страны с тропическим, субтропическим и умеренным климатом, где существует местная передача малярии, необходимо:

- находясь в неблагополучной стране, принимать с профилактической целью противомаларийные препараты. Причем начать их принимать надо за 1-2 недели до прибытия в опасную зону и продолжать 1-4 недели после возвращения;

- избегать укусов комаров, особенно в тёмное время суток (пользоваться противокомариными аэрозолями, москитными сетками, спать под пологом или пользоваться фумигаторами);

- обращаться за медицинской помощью, если появились симптомы: недомогание, озноб, головная боль, повысилась температура тела.

- после возвращения в Россию в течение 3 лет **при любом повышении температуры сдавать кровь для исследования на малярию.**

Туристические фирмы и организации, командирующие сотрудников, туристические агентства и фирмы, организующие путешествия в неблагополучные по малярии страны, обязаны информировать выезжающих о возможности заражения малярией (раздавать листовки и памятки). Кроме того, необходимо предупредить выезжающих, что следует приобрести противомаларийные препараты прямо в стране выезда, потому что в России их найти трудно. Хорошим противомаларийным эффектом обладают Коартем и АСТ (для лечения), лариам (для профилактики). Препараты для профилактики:

НАЗВАНИЕ

Savarine®

Лариам®(Mefloquine)

Доксициклин

Malarone®

КАК ПИТЬ

1 таб. в день

1 таб. в неделю

1 таб. в день

1 таб. в день

КОГДА НАЧАТЬ

За день

За неделю

За день

За день

КАК ДОЛГО ПИТЬ

4 недели после отъезда

4 недели после отъезда

4 недели после отъезда

1 неделю после отъезда

ВОЗМОЖНЫЕ ПОБОЧНЫЕ РЕАКЦИИ

Аллергия, расстройства пищеварения и глаз

Неврологические

Расстройства (зрительные, сна и т.п.).

Расстройства пищеварения и повышенная чувствительность кожи к свету

Расстройства пищеварения, головная боль

УРОВЕНЬ ЗАЩИТЫ

75%

90%

90%

95%

КОММЕНТАРИИ

Не эффективен в Чаде и Экваториальной Гвинее

Будьте осторожны, если необходима точность координации движений (альпинизм, вождение и

Избегать длительной инсоляции. Противопоказан при беременности и детям до 8 лет.

Противопоказан при беременности и грудном вскармливании, если ребенок весит