**При выезде в зарубежные страны необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения инфекционными и паразитарными заболеваниями, которые характеризуются тяжелым клиническим течением, поражением жизненно важных органов и систем организма, и могут привести к смертельному исходу.**

**Холера.**

Случаи заболеваний холерой регистрируются ежегодно в странах Азии (Юго-Восточной, Центральной, Юго-Западной), Африке, Американском  регионе.

В странах Европы, США, Австралии и Океании регистрируются завозные случаи холеры.

Холера – особо опасная острая инфекционная болезнь, характеризующаяся сильнейшим обезвоживанием организма, которое при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу. Инкубационный (скрытый) период заболевания, от момента инфицирования до появления первых клинических признаков, составляет от нескольких часов до 5 дней. 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 случайных водоемах.

Характерные признаки холеры – многократный жидкий стул и рвота, что приводит к обезвоживанию организма. При появлении первых признаков заболевания необходимо немедленно обратится к врачу.

**Опасные вирусные геморрагические лихорадки.**

При выезде в страны Африканского и Южно-Американского континентов можно заразиться опасными вирусными геморрагическими лихорадками, к которым относятся желтая лихорадка, лихорадки Эбола, Ласса и Марбург.

Лихорадка Эбола регистрируется в Уганде, Конго, Гвинее, Сьерра-Леоне, Демократической республике Конго. Лихорадка Марбург регистрировалась в Демократической республике Конго, Анголе, Уганде, Кении. Лихорадка Ласса в Того Сьерра-Леоне, Нигерии, Бенин, Либерии, Гвинее, Гана, Буркина-Фасо.

Природно-очаговые инфекционные болезни, источниками возбудителей которых являются животные и грызуны, а также больной человек. Данные лихорадки относятся к тяжелым вирусным заболеваниям с почти одинаковой 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. Инкубационный период при всех лихорадках составляет от 3 до 21 дня.

Привыезде в  страны, пораженные геморрагической лихорадкой Эбола, в случае необходимости рекомендуется использовать защитные маски и воздержаться от посещения мест массового скопления людей и контактов с больными людьми с высокой температурой; при появлении симптомов заболевания необходимо надеть маску и незамедлительно обратиться за медицинской помощью.

Желтая лихорадка передается комарами рода  «Египти», заразиться которой можно как в природных условиях, так и в городах. Инкубационный период, от момента заражения до первых признаков заболевания, составляет от 3 до 6 дней.

Заболевание характеризуется высокой лихорадкой, геморрагической сыпью, поражением почек, печени, с развитием желтухи и острой почечной недостаточности. Течение болезни крайне тяжелое и в большинстве случаев имеет смертельный исход. При выезде в страны Южно-Американского и Африканского континентов, где  требуется обязательное проведение профилактических прививок, являющихся единственной мерой предупреждения этого опасного заболевания, необходимо получить однократную прививку, которая проводится не позднее, чем за 10 дней до выезда, иммунитет сохраняется в течение всей жизни.  Без международного свидетельства о вакцинации против желтой лихорадки выезд в неблагополучные страны запрещается.

**Чума.**

Заболевания людей чумой регистрировались в 3 странах мира. Наиболее пораженными странами Африки являются Демократическая республика Конго, Мадагаскар,  Уганда и Танзания, в  Азии – Китай, Монголия. на Американском континенте постоянно действующие природные очаги чумы существуют в Боливии, Перу  и Соединенных Штатах Америки.

Чума – природно-очаговая инфекция, которой болеют люди и животные, переносчиками являются блохи, паразитирующие на грызунах и других животных.

Заражение чумой происходит при укусах инфицированными блохами, контакте с больными животными и грызунами, а также воздушно-капельным путем при общении с больным легочной чумой. Время, которое проходит с момента попадания возбудителя чумы в организм человека до появления первых симптомов заболевания, составляет от нескольких часов до 6 дней.

Заболевание начинается с высокой температуры, сильного озноба, головной боли, увеличения лимфоузлов и кашля с кровью.

Для предотвращения заражения чумой при нахождении путешественников на территории природного очага чумы следует избегать контактов с живыми и павшими грызунами, места размещения стоянок групп выбирать так, чтобы вблизи них не было грызунов, места расположения палаток необходимо обрабатывать инсектицидом, а одежду - репеллентом.

**Паразитарные заболевания.**

Широкое распространение в тропических и субтропических странах имеют опасные для здоровья и другие паразитарные заболевания, заражение которыми возможно через фрукты, овощи и зелень, мясо, рыбу и продукты моря. Личинками некоторых глистов можно также заразиться при контакте с почвой и купании в пресных водоемах через неповрежденную кожу, а через укусы кровососущих насекомых - глистными заболеваниями, возбудители которых паразитируют в лимфатической системе, стенках полостей тела и подкожной клетчатке. Для многих из этих заболеваний характерны длительный инкубационный период и тяжелое хроническое течение.

**Малярия.**

Тяжелое паразитарное заболеваний, широко распространенное в странах с тропическим и субтропическим климатом. Заражение происходит при укусах малярийных комаров. Известны 4 формы малярии, из которых наиболее тяжелая - тропическая, распространенная в странах Африки. Инкубационный период составляет от 7 дней до 1 месяца при тропической малярии и до 3-х лет при других формах. Симптомы заболевания – повышение температуры, озноб, сильное потоотделение, головная боль, слабость. При тропической малярии без проведения своевременного лечения возможен смертельный исход в очень короткий срок от начала заболевания.

С целью профилактики необходимо регулярно принимать противомалярийные препараты, назначенные врачом. Прием препаратов надо начинать за 1 неделю до выезда в зарубежные страны, продолжать весь период пребывания и 1 месяц после возвращения.

**Грипп птиц.**

Грипп птиц – острое инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус. Заражение человека происходит при тесном контакте с инфицированной и мертвой домашней и дикой птицей. Опасны выделения зараженных птиц, которые, попадая на растения, в воздух, в воду, затем могут заразить человека через воду при питье и купании, а так же воздушно-капельным, воздушно-пылевым путем, и через грязные руки. Инкубационный период составляет от нескольких часов до 5 дней. Заболевание гриппом птиц начинается остро с озноба, повышения температуры до 38°С и выше, мышечных и головных болей, болей в горле. Возможен водянистый жидкий стул, многократная рвота. Состояние быстро ухудшается. Через 2-3 дня появляется влажный кашель, часто с примесью крови, одышка. Затем может возникнуть затруднение дыхания. Возможно поражение печени, почек и мозга.

С целью профилактики необходимо избегать контакта с домашней и дикой птицей в домашних хозяйствах, рынках и мест массового скопления птицы на открытых водоемах.