



Doporučení Ministerstva zdravotnictví pro cestovatele

Vzhledem ke stálé narůstajícímu počtu hlášených nových případů chřipky A (H1N1) ECDC vydalo pro cestovatele po celém světě níže uvedené doporučení.

Chřipka se rozšiřuje z člověka na člověka kašláním, kýcháním nebo přímým či nepřímým kontaktem s dýchacími sekrety z nakažených osob. Riziko přenosu tohoto typu chřipky může být významně sníženo některými jednoduchými metodami.

MZČR navrhuje ohledně výše uvedeného typu chřipky následující :

1. Před cestou

- jestliže máte nějaké zásadní chronické onemocnění (diabetes mellitus, kardiovaskulární onemocnění), kontaktujte svého ošetřujícího lékaře
- seznáňte se s jednoduchými metodami jak se ochránit (viz. níže)

2. Během Vaší cesty

Vyhňte se kontaktu s nemocnými osobami!

Příznakem chřipky může být jeden či více z následujících příznaků: horečka, kašel, bolest v krku, rýma, bolest těla, třesavka a únava. Někteří lidé v souvislosti s touto infekcí trpí průjmami a zvrací.

Často si umývejte a čistěte ruce!

Důsledné mytí nebo dezinfekce vašich rukou vás pomůže ochránit před virem. Myjte si ruce důkladně mýdlem a vodou, zvláště po kašlání a kýchnutí, vždy alespoň dvacet sekund. Alkoholové čističe jsou velmi účinné v redukci množství virů. Roztoky a gely jsou účinnější než kapesníčky napuštěné alkoholem.

Nedotýkejte se vašich očí, nosu a pusy!

Viry se často přenáší když se dotknete kontaminovaného předmětu a následně se dotknete vašich očí, nosu nebo pusy.

Jestliže jste nemocní a předpokládáte že je to chřipka, měli byste:

Zůstat doma nebo na hotelovém pokoji, pokud nepotřebujete vyhledat lékařskou pomoc!

Děti s horečkou nebo chřipkou by měly urychleně vyhledat lékařské ošetření.

O preventivním užívání např. Tamilu® nebo Relenzy® rozhodne ošetřující lékař podle individuálních rizik.

Osoby očkovány proti sezónní chřipce nejsou chráněny proti chřipce A (H1N1)!

Více informací o chřipce A (H1N1) naleznete na webových stránkách ministerstva zdravotnictví a Státního zdravotního ústavu.

3. Po návratu

Pokud se během sedmi dnů po vašem návratu z cest objeví horečka (38°C nebo více) a chřipkové příznaky, měli byste okamžitě kontaktovat lékaře a informovat ho o tom, že jste nedávno přicestovali, a to všechno podle národních zdravotních doporučení.