

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE – KAKO PREVENTIVNO DJELOVATI

ZZJZ VARAŽDINSKE ŽUPANIJE -HED  
Plačko Ljiljana, dr,med.spec. epidemiolog

## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- Najčešći zdravstveni rizici kojima su izloženi putnici prilikom putovanja:
- putnički proljevi
- hepatitis
- respiratorne bolesti
- osipi i druge manifestacije na koži (alergijske reakcije, opeklane i dr.)
- febrilne bolesti (malaria i dr.)
- spolno prenosive bolesti (HIV/AIDS, sifilis, gonoreja, hepatitis B i dr.)
- „visinska“ bolest
- ozljede
- ugrizi životinja
- ubodi insekata
- cirkulatorni poremećaji (duboka venska tromboza)
- sindrom brze promjene vremenske zone („jet lag“)
- drugo

## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

U ambulantni HED-a za cijepljenje i prevenciju putničkih bolesti provode se neobavezna cijepljenja odraslih osoba i djece (cijepljenja koja nisu u obveznom Programu cijepljenja), uz izdavanje potvrde o cijepljenju, odnosno **međunarodnog certifikata o cijepljenju** (za putnike).

Dostupna su cjepiva protiv:

difterije-tetanusa

gripe (sezonski)

hepatitisa A

hepatitisa B

HPV-a

kolere

krpeljnog meningoencefalitisa - KME

meningoencefalitisa ACWY135

ospica

pneumokokne bolesti

rubeole

tetanusa

trbušnog tifusa

vodenih kozica

zaušnjaka

žute groznice

**Obavezna cijepljenja putnika:**

Žuta grozna

Meningokokni meningitis

## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

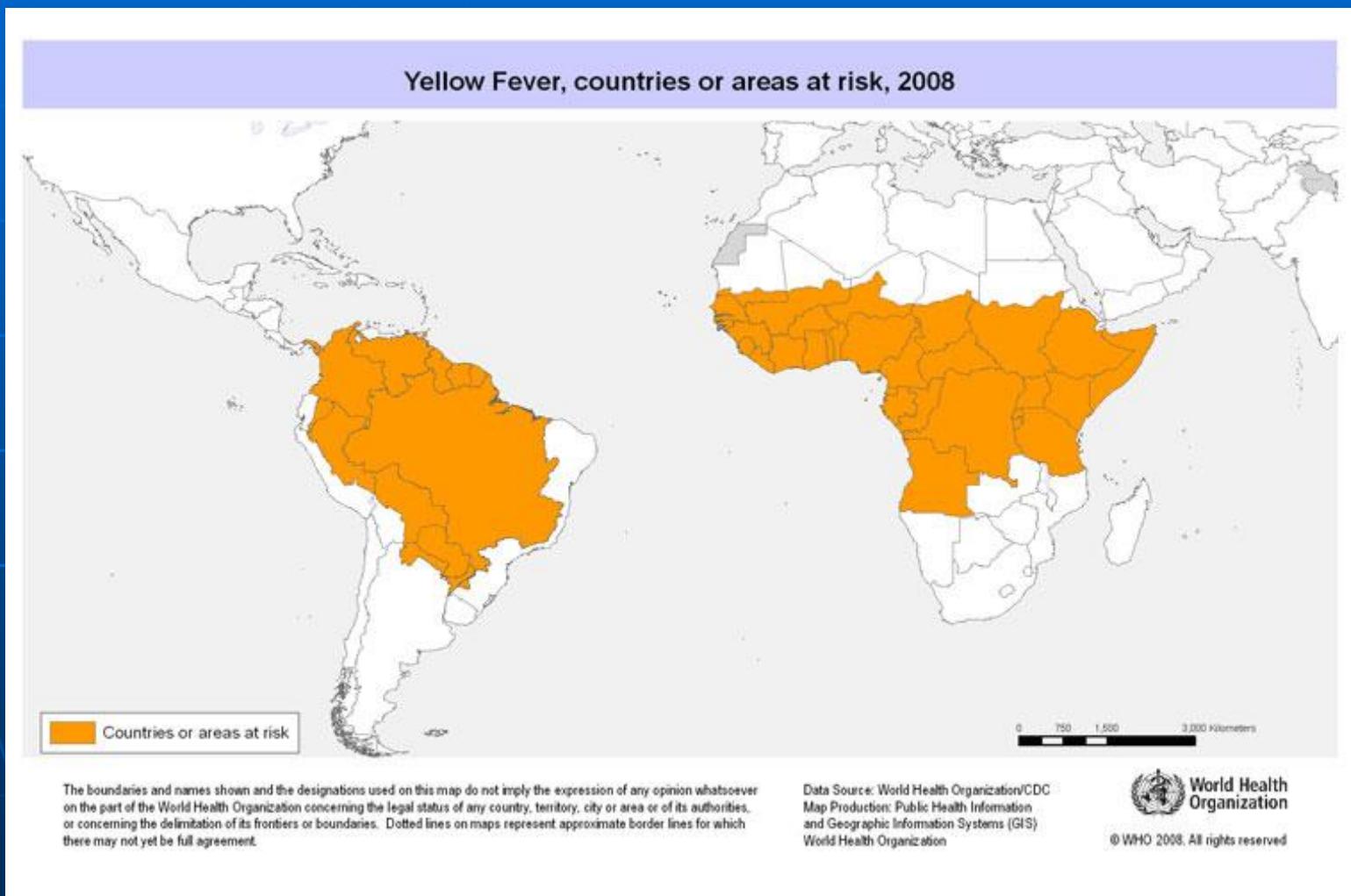
- U ambulanti HED-a ZZJZ varaždinske županije mogu se dobiti informacije o zaštiti od malarije te potrebnoj profilaktičkoj primjeni lijekova i cijepiva kao i informacije o najčešćim bolestima i zdravstvenim poremećajima kojima su putnici izloženi prilikom putovanja u pojedine zemlje.
- Epidemiolozi Zavoda provode antirabičnu zaštitu prema epidemiološkim indikacijama i u suradnji s nadležnom veterinarskom službom.
- Sve potrebne informacije mogu se dobiti i na telefone: 042/ 653-134 , 130 ili mob: 099 211 98 02
- Radno vrijeme : ponedjeljak-petak 7-13 h  
cijelog dana svih dana u tjednu  
mob.pripravnosti : 099 211 98 02

## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE



- Žuta groznica ( *Febris flava* ili *Yellow fever* ):
- Teška zarazna bolest, inkubacije 3 - 6 dana, uzrokovana virusom (arbovirusi ), a prenose je ubodom zaraženi komarci.
- Karantenska bolest
- Letalitet iznosi 10 %
- Rizik za bolest je prisutan kod odlaska u endemska područja .
- Cjepivo pruža učinkovitu zaštitu u trajanju od 10 godina.

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE



## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Meningokokni meningitis**
- **Teška zarazna bolest mozga ili sepsa uzrokovana bakterijom, prenosi se kapljicama u direktnom kontaktu sa zaraženom osobom.**
- **U cjepivu sojevi N.MeningitidisA,C,W,Y)**
- **Jedna doza cjepiva pruža efikasnu zaštitu do 3 godine.**

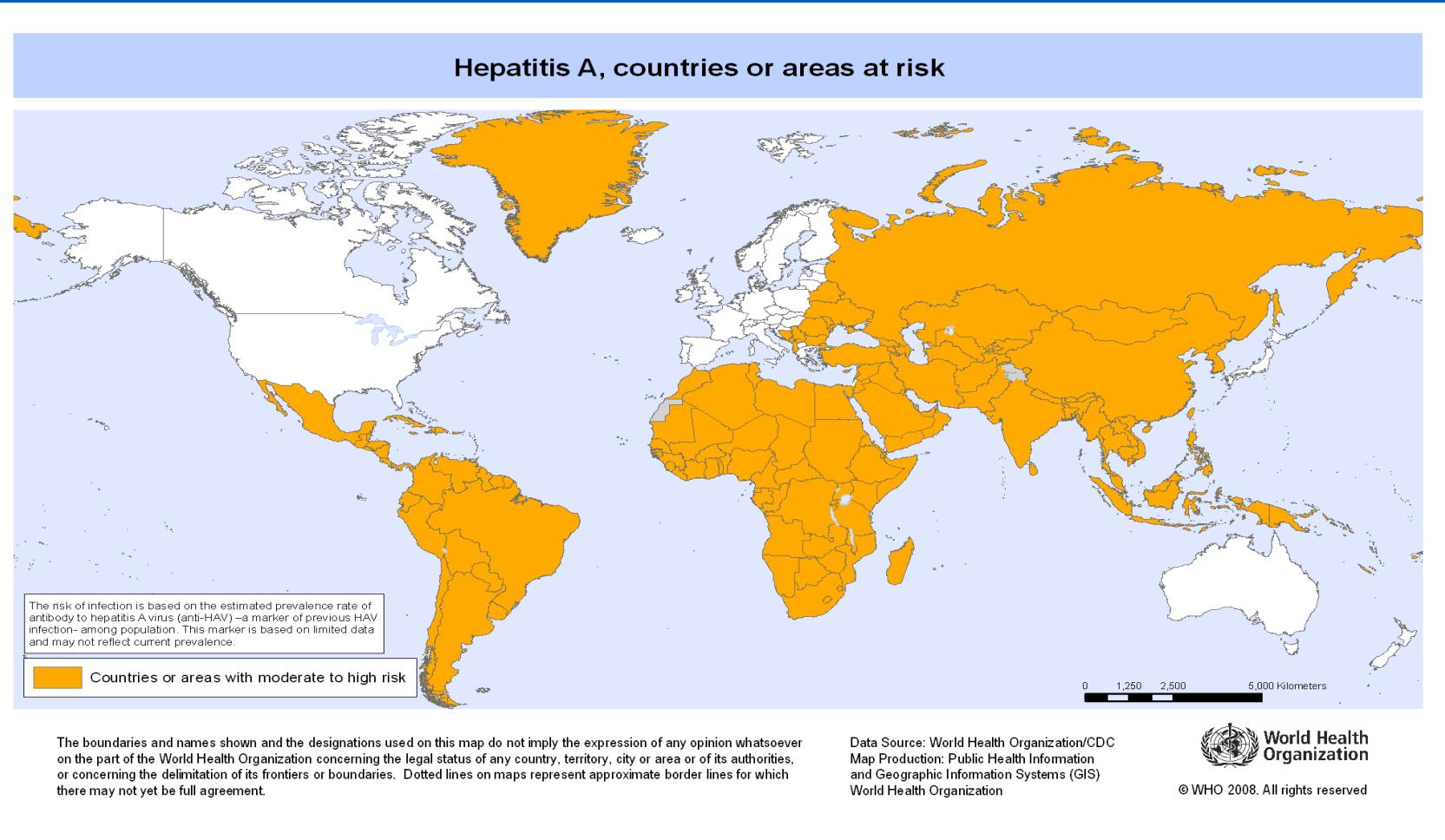
# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE



## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Zarazna žutica A (Hepatitis A):**  
**Virusna zarazna bolest, prenosi se fekalno-oralnim putem, u kontaktu, ili fekalno preko vode i hrane.**
- **Dugotrajnu zaštitu pružaju dvije doze cjepiva.**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

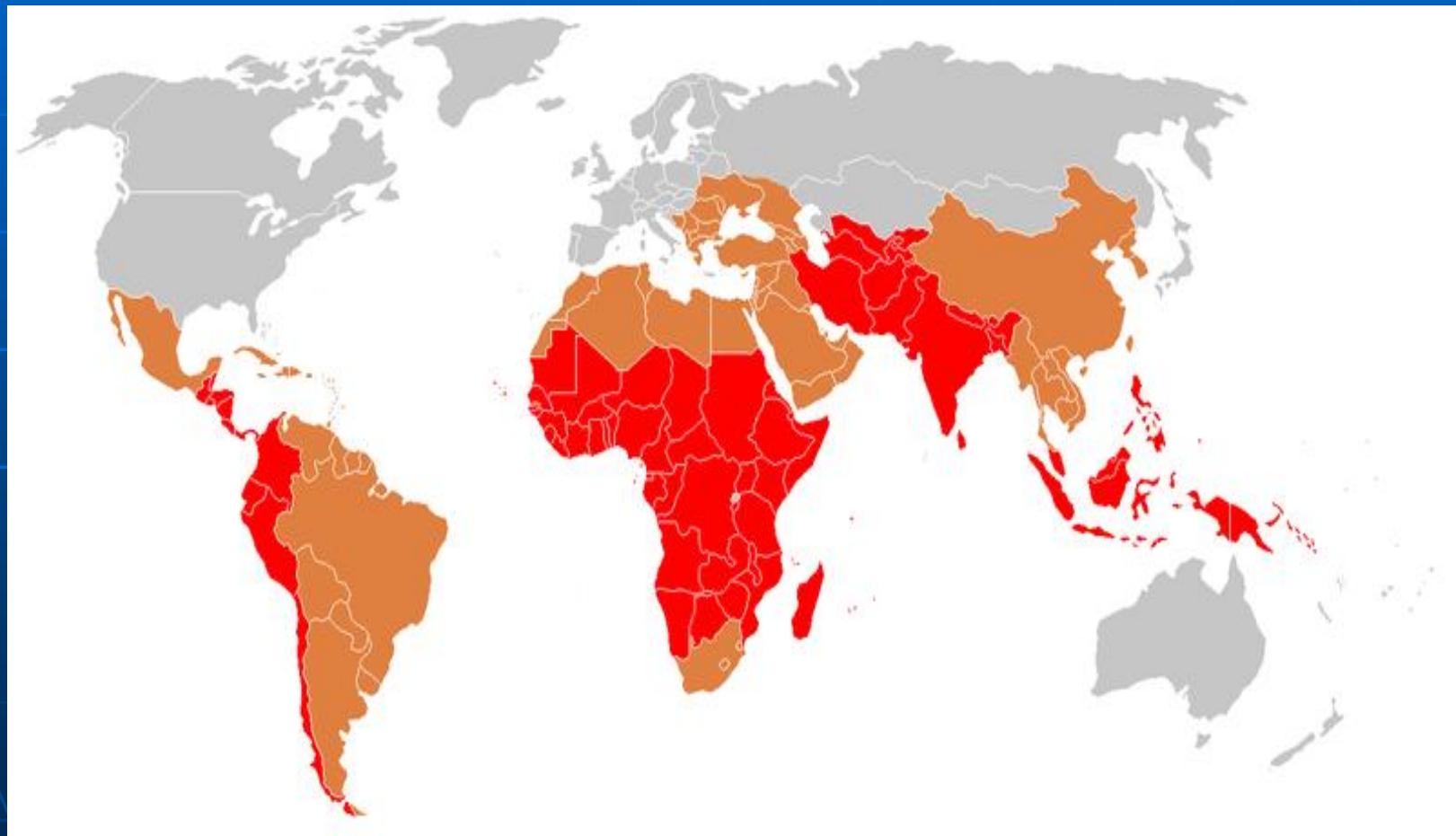


## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Trbušni tifus (Typhoid fever):**
- **Teška zarazna bolest uzrokovana bakterijom, a prenosi se kao i hepatitis A.**
- **Jedna doza cjepiva pruža zaštitu u trajanju od 3 godine.**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

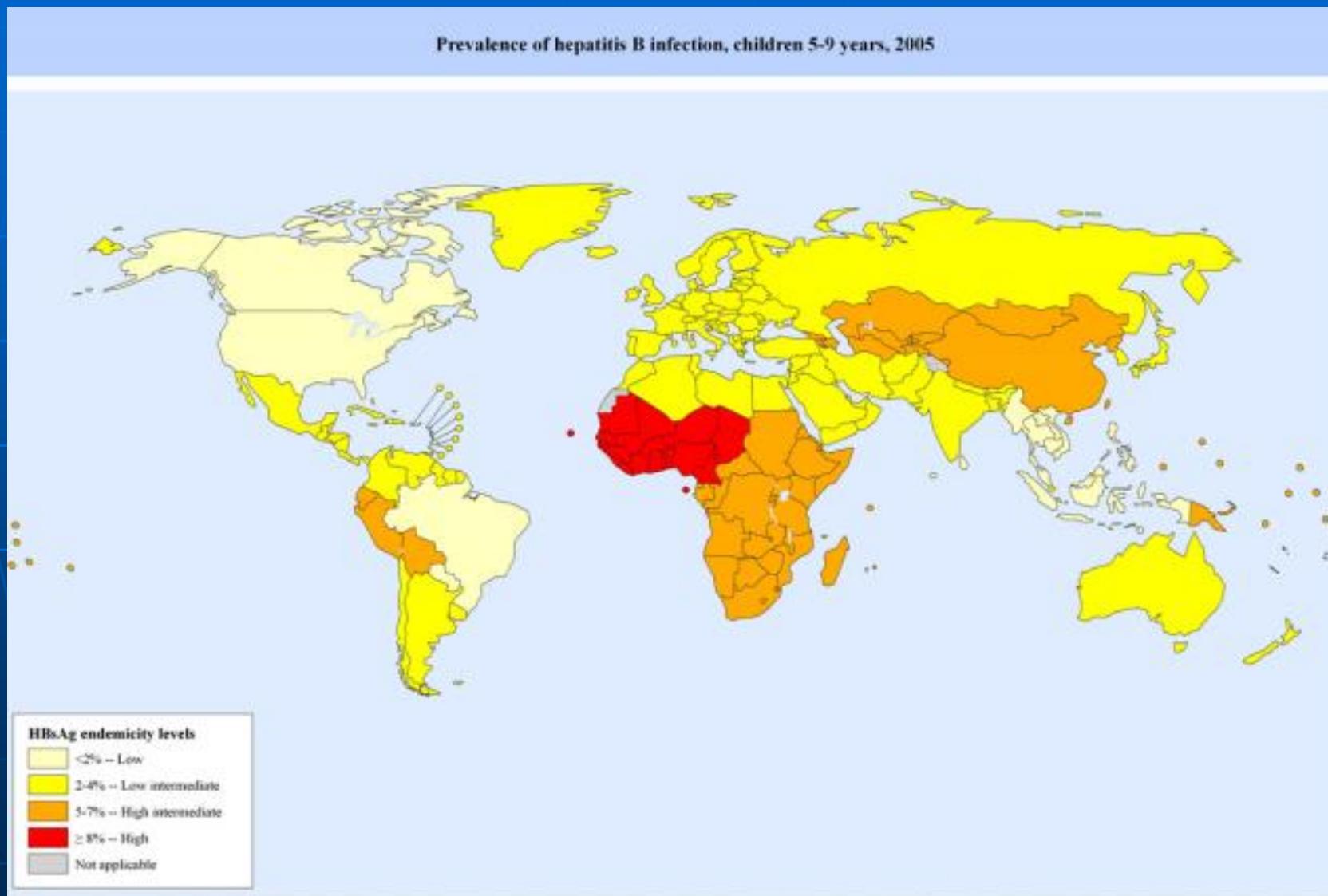
**Trbušni tifus endemična područja u svijetu**



## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Zarazna žutica B (Hepatitis B):**
- **Virusna zarazna bolest jetre, prenosi se preko krvi (direktno i indirektno) ili spolno.**
- **Učinkovitu i dugotrajnu zaštitu pružaju tri doze cjepiva.**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

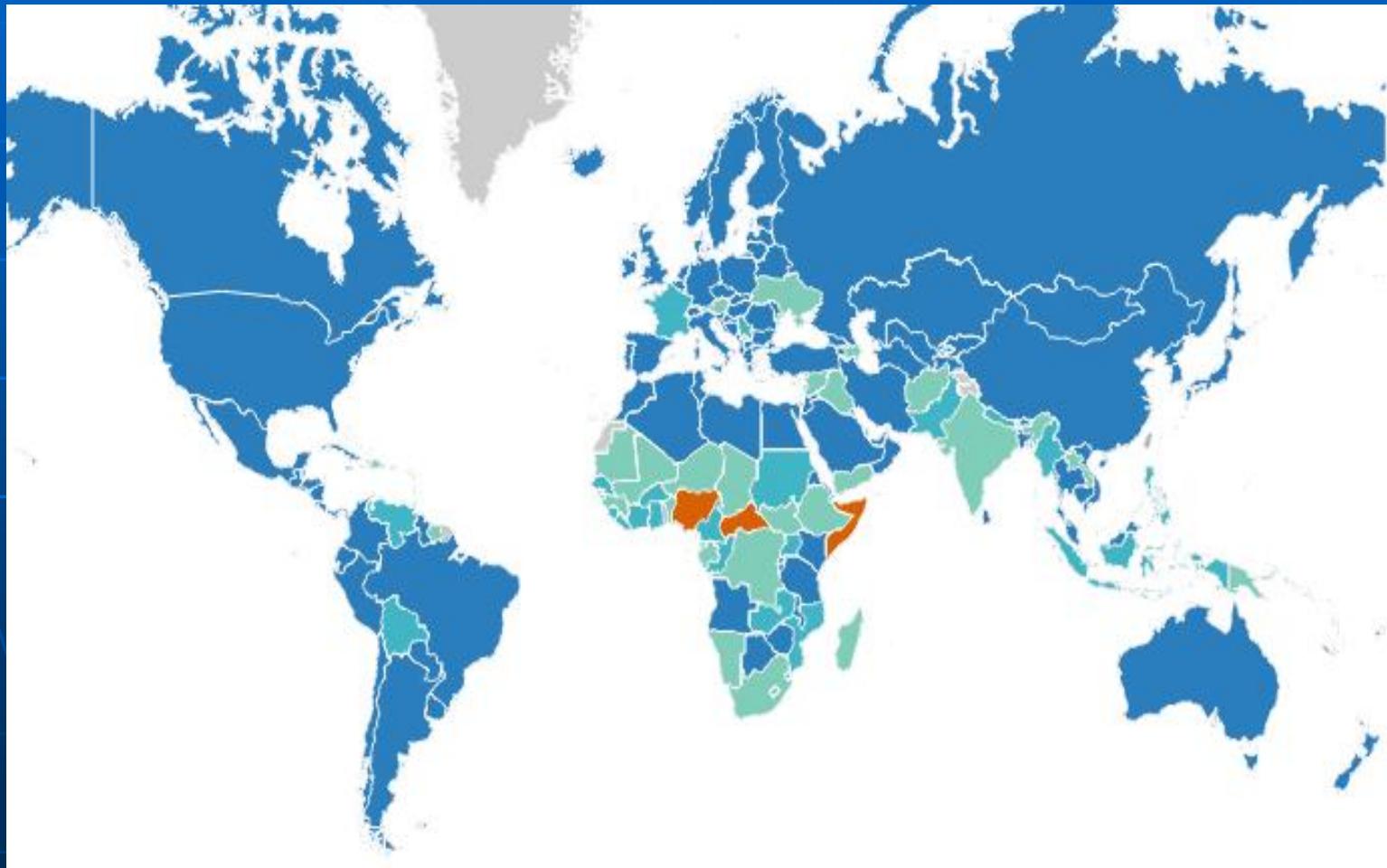


# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Tetanus i Difterija:**
- **Tetanus je teška bolest kod necijepljenih osoba, a nastaje ulaskom spora Bacillus tetani, kroz povrijeđenu kožu.**
- **Difterija je teška bolest, uzrokovana bakterijom, a prenosi se kapljicama od zaražene osobe.**
- **Kombinirano cjepivo protiv ovih bolesti štiti efikasno i dugo**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

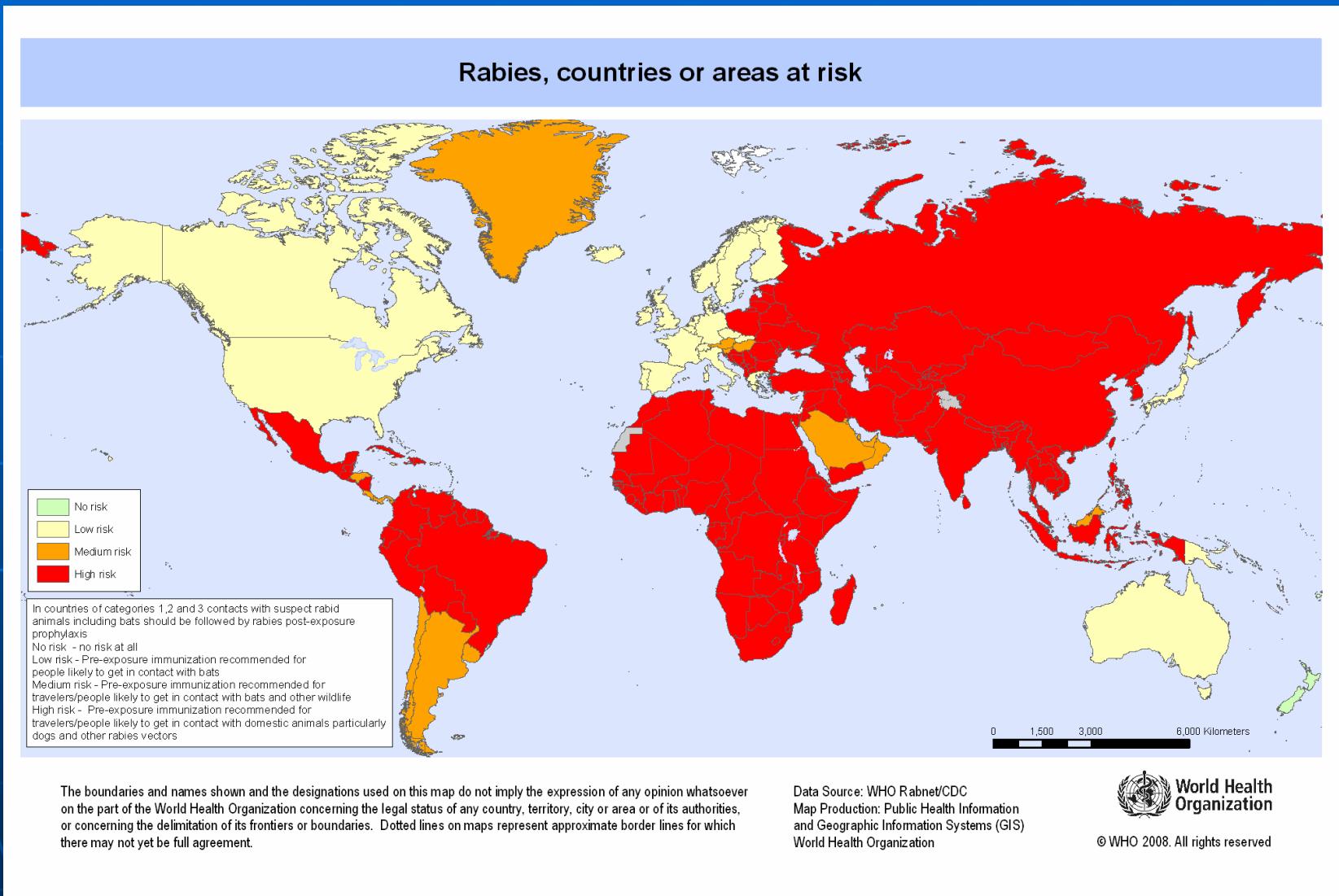
## Tetanus i Difterija - rasprostranjenost u svijetu



# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **Bjesnoća (Rabies):**
- **Smrtonosna bolest, uzrokovana virusom, a prenosi se ugrizom, ogrebom ili u kontaktu s bijesnom životinjom. Preventivno cijepljenje s tri doze pruža efikasnu zaštitu.**
- **Kod svakog ugriza ili ogreba životinje, obavezno se javite liječniku!**
- **Cijepljenje protiv gripe preporučeno osobama u riziku i starijima od 65 godina.**
- **Cijepljenje protiv kolere preporučeno za osobe koje odlaze u endemska područja. Dvije doze cjepiva, u peroralnoj primjeni, pružaju zaštitu kroz dvije godine**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

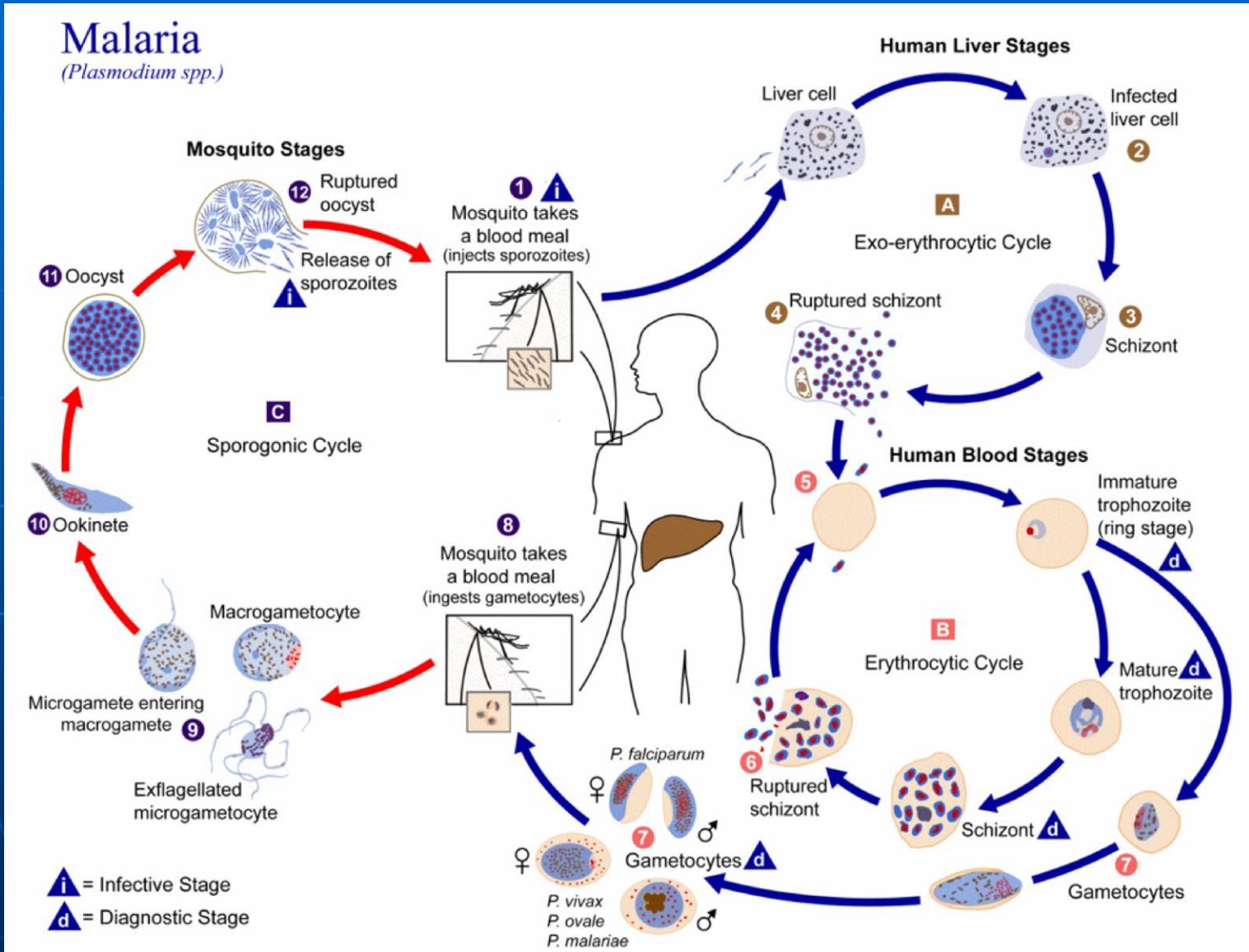


# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

## MALARIJA

- Malaria je teška zarazna bolest koju svojim ubodom prenose komarci. Inkubacija malarije se kreće od 7 dana do 3 i više mjeseci. Za sve neimune osobe koje ulaze u malaricno područje vrijedi pravilo:
- Svaki porast tjelesne temperature koji se javlja nakon 7 i više dana od ulaska u područje gdje ima malarije je sumnja na malariju.
- Od životne je važnosti odmah (unutar 24 sata) postaviti dijagnozu i zapoceti s liječenjem.
- Neprepoznata i kasno liječena malarija može završiti smrcu ili invaliditetom.
- Za vrijeme boravka u području gdje ima malarije provodite mjere zaštite od uboda komaraca:
  1. Izbjegavajte boravak na otvorenom (kad god je to moguće) osobito između sumraka i svitanja.
  2. Nosite odjeću svijetlih boja koja pokriva veći dio tijela (dugi rukavi i duge nogavice).
  3. Nepokrivene dijelove tijela premažite repellentom. Repellent nanesite i na odjeću. Koristiti repellent koji sadrži DEET.
  4. Spavajte u prostorijama koje imaju air-condition, u protivnom koristite mreže za spavanje.
- Za vrijeme boravka u malaricnim krajevima, preventivno uzimajte antimalaricne lijekove - KEMOPROFILAKSA

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE



## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- Za vrijeme boravka u malarичnim krajevima, preventivno uzimajte antimalarичne lijekove – provodite **kemoprofilaksu**. Z 29.2 - isključivo prema uputstvu liječnika.
- Vodite računa da u različitim krajevima svijeta prevladavaju razliciti uzročnici maliarije pa je i kemoprofilaksa različita u pojedinim područjima.
- Antimalarične lijekove uzimajte prema priloženom uputstvu i to jedan tjedna prije dolaska u područje gdje ima maliarije, tijekom boravka i još četiri tjedna nakon povratka iz maliaričnih područja.
- Lijekove uzimajte redovito!
- Kemoprofilaksa ne osigurava 100 % - tnu zaštitu. Stoga uvijek koristite i sve druge mjere zaštite od maliarije

## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **MEFLOQUINE (Lariam, Mephaquin) tablete od 250 mg.**
- **Kemoprofilaksa - 250 mg (1 tbl. od 250 mg) tjedno, uvijek istog dana u tjednu nakon doručka s dosta tekućine.**
- **Lijek se uzima tjedan dana prije ulaska u malično područje**
- **za vrijeme boravka**
- **i još 4 tjedna nakon izlaska iz maličnih krajeva.**

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

## OSTALI ATIMALARICI

**CHLOROQUINE** (Aralen, Avlochlor, Nivaquine, Resorchnine) tablete od 100 i 150 mg.

Kemoprofilaksa - 300 mg jednom tjedno, uvijek u isti dan nakon dorucka s dosta tekucine. Lijek se uzima tjedan dana prije ulaska, za vrijeme boravka i još 4 tjedna nakon izlaska iz malaricnih krajeva.

**PROGUANIL** (Paludrine) tablete od 100 mg.

Kemoprofilaksa - 200 mg (2 tbl. po 100 mg) dnevno i to 1 dan prije ulaska, za vrijeme boravka i još 4 tjedna nakon izlaska iz malaricnih krajeva. Lijek se uzima nakon dorucka s dosta tekucine.

**DOXYCYCLINE** (Vibramycine, ...) kapsule od 100 mg. **TETRACYCLINE** a 250 mg

Kemoprofilaksa - 100 mg (1 kapsula od 100 mg) dnevno, jedan dan prije ulaska, za vrijeme boravka i još 4 tjedna nakon izlaska iz malaricnih krajeva.

**QUININE** (Quinimax) tablete od 500 mg.

**ATOVAQUONE + PROGUANIL** (Malarone) Jedna tableta sadrži 2 aktivne supstance: 250 mg atovaquonea + 100 mg proguanila)

Kemoprofilaksa - 1 tableta dnevno i to 1 dan prije ulaska, cijelo vrijeme boravka i još 7 dana nakon izlaska iz malaricnih krajeva.

**CHLOROQUINE + PROGUANIL** - 1 tableta sadrži 2 aktivne supstance: 100 mg chloroquina + 200 mg proguanila.

Kemoprofilaksa - 1 tableta dnevno 1 dan prije ulaska, cijelo vrijeme boravka i još 4 tjedna nakon izlaska iz malaricnih krajeva.

- Antimalaricni lijekovi mogu se uzimati preventivno samo ograniceno vremensko razdoblje - do 6 mjeseci.
- Ako osoba boravi u malaricnim krajevima duže od 6 mjeseci, preporucuju se druge mjere zaštite od malarije te u krajnjoj nuždi provodenje **SBET** - a u slučaju prvih simptoma bolesti.
- Važno: Prije korištenja antimalaricnih lijekova U preventivne svrhe, obavezno zatražiti mišljenje liječnika!

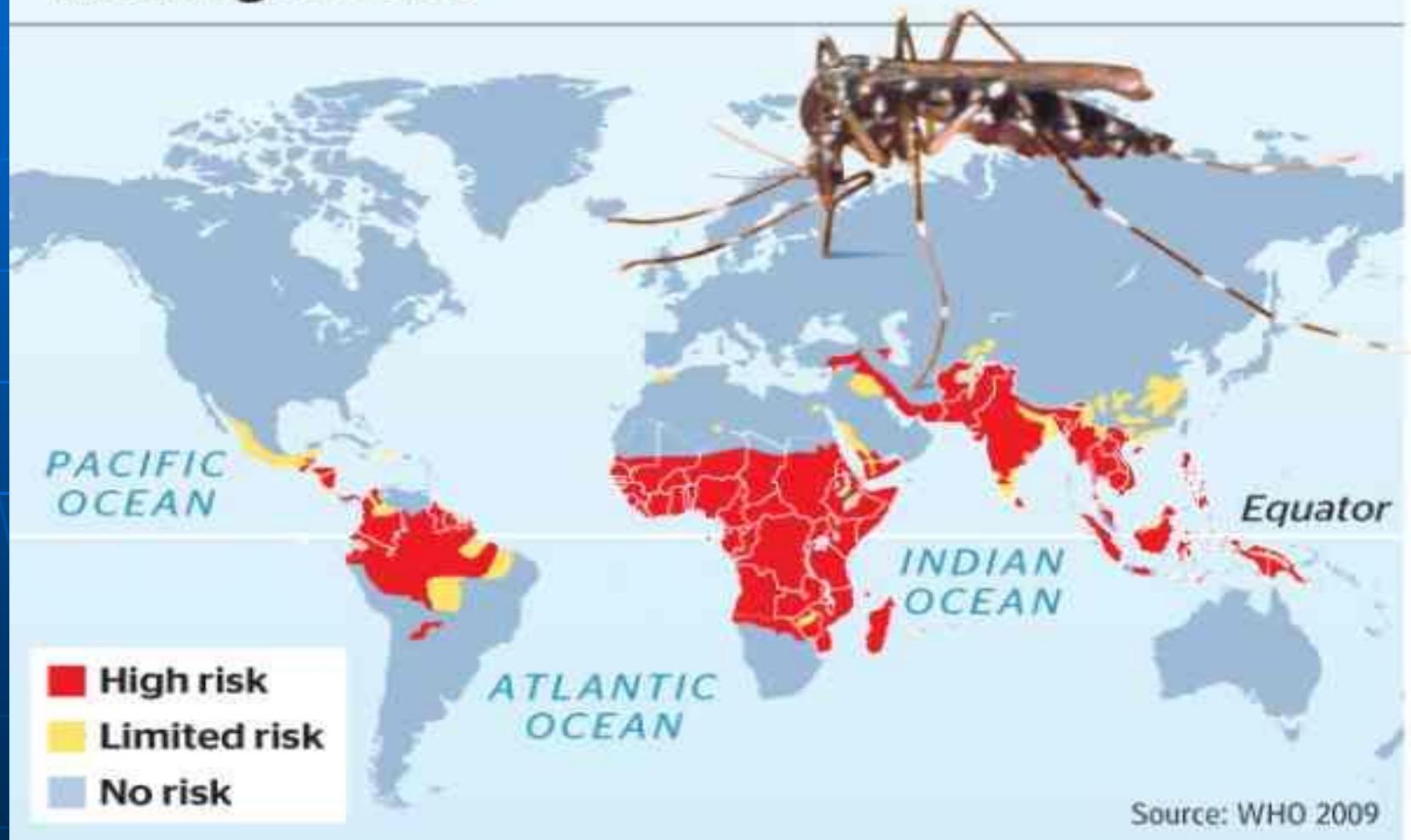
# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

- **SBET - Izbor antimalaricnih lijekova za stand-by emergency treatment ovisno o prethodno provedenoj kemoprofilaksi**
- **Mefloquine**
- **Quinine + Doxycycline / Tetracycline Doxycycline kroz 7 dana**
- **Atovaquone / Proguanil Quinine + Doxycycline / Tetracycline kroz 7 dana**
- **Mefloquine Quinine**
- **Chloroquine sam ili s Proguanilom Mefloquine**
- **Chloroquine, samo za podrucja u kojima je P. vivax;**

*Napomena: Lijekovi koji se koriste za stand-by emergency treatment uvijek moraju biti razliciti od onih koji su korišteni u kemoprofilaksi, a uzročnik malarije ne smije na njih biti otporan*

# PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

## The danger zones



## PRAKTIČNI ASPEKTI PUTOVANJA U TROPSKE KRAJEVE

### LISTA ZEMALJA U KOJIMA TREBA CIJELJENJE ILI KEMOPROFILAKSA MALARIE

#### CJEPLJENJE JE OBAVEZNO:

Dokaz o cjepljenju protiv žute groznice potreban je prilikom ulaska u države u kojima su prisutni komarci, prenosiovi virusa.

#### KONZUMIRANJE ANTIMALARIIKA JE OBAVEZNO.

Postoji rizik da putnik oboli od malarije. Na tom su području prisutni komarci, prenosiovi bolesti. U nekim državama su rizični samo neki dijelovi. Potrebno je razmisliti da li ćete putovati u rizična područja.

#### CJEPLJENJE UVJETOVANO OBAVEZNO:

Država zahtjeva dokaz o cjepljenju od svih putnika koji će ući u državu, a putovali su u rizična područja žute groznice ili dolaze iz država u kojima je ta bolest proširena.

#### CJEPLJENJE SE PREPORUČUJE:

Pametno se je cijepiti u slučaju putovanja u područje gdje se bolest pojavlja kod ljudi ili životinja ili gdje su prisutni prenosiovi te bolesti (komarci, krplji itd.). Odluka o cjepljenju je vaša, ovisno o dijelu države koji ćete posjetiti i kojim aktivnostima ćete se baviti. DOBRODOŠAO JE SAVJET STRUČNJAKA.

#### CJEPLJENJE PROTIV ŽUTE GROZNICE NIJE OBAVEZNO. KONZUMIRANJE ANTIMALARIIKA NIJE OBAVEZNO



