**Как безопасно путешествовать?**

В поездках за границу путешественников могут подстерегать опасности в виде инфекционных болезней. В странах Европы неблагополучие по забытой у нас детской инфекции – кори. Она регистрируется в 9 странах Европы и, главное, в Болгарии, куда довольно часто ездят наши граждане. Ситуация с корью возникла из-за отказов от прививок. Отдельно в этом ряду стоит Украина, где случаи кори исчисляются тысячами, есть и смертельные случаи. Корью заражаются только от больных. Начинается это заболевание с появления конъюнктивита, боли в горле. Конъюнктивит настолько выражен, что его называют светобоязнью. Через несколько дней появляется сыть. Это не та сыпь, которая появляется при аллергии. Сыпь в виде красных пятен на бледной коже. В безопасности находятся люди, у которых имеются две прививки против кори. Ну, и переболевшие этой инфекций.

Из инфекций, которые, что называется «на слуху» опасен клещевой энцефалит. Он регистрируется в лесных зонах Черногории, у нас на Дальнем Востоке, в Сибири. Заражение происходит не только в результате укусов клещей, но и при употреблении сырого козьего молока, овечьего сыра. Меры профилактики: посещать не только лес, но и парки в одежде, закрывающей шею, использовать репелленты.

Знакомые также нам энтеровирусные инфекции регистрируются во многих странах. Вообще вирусные кишечные инфекции распространены повсеместно. Меры профилактики просты: пить только бутилированную воду, не покупать на местных рынках фрукты.

Гепатит А, также знакомый нам, регистрируется в Финляндии, Италии, Бельгии. Меры профилактики те же, что и меры профилактики кишечных инфекций.

Страшная инфекция – холера – регистрируется в Таиланде, Индии, многих странах Африки. Это кишечная инфекция. Холера опасна обезвоживанием, от чего и умирают заболевшие. Меры профилактики те же, что и для кишечных инфекций.

Экзотические заболевания – Лихорадка Денге, геморрагические вирусные лихорадки, желтая лихорадка встречаются в не менее экзотических странах – Гвинее, Бразилии, Перу. И совсем экзотическое заболевание – лихорадка Эбола – встречается в Конго, Уганде, Либерии. Шансов заразиться этой инфекцией почти нет. Заражение происходит при контакте с больным или с биологическими жидкостями.

В странах с жарким климатом существует опасность заразиться малярией. Заражение происходит при укусе комара. Единственная мера профилактики - использовать отпугивающие комаров препараты.

В Китае по-прежнему в течение всего года регистрируется птичий грипп.

В Таиланде следует опасаться лихорадок и малярии, передающимся при укусе комарами, амебной дизентерии и энтеровирусных кишечных инфекций.

Врач-эпидемиолог Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии

в Тверской области» в городе Ржеве, Заслуженный врач России Л.В. Ткаченко