

CESTOVANIE A MALÁRIA



Čo je malária?

Malária je vážne a niekedy smrteľné ochorenie zapríčinené parazitom, ktorý infikuje určitý druh komára, ktorý sa živí cicaním ľudskej krvi.

V USA sa ročne vyskytne 1 500 prípadov malárie. Väčšina z nich sa vyskytne u cestovateľov a imigrantov vracajúcich sa z oblastí, kde sa malária vyskytuje, hlavne zo subsaharskej Afriky a Južnej Ázie.

Svetová zdravotnícka organizácia odhaduje že v roku 2015, vo svete bolo zistených 214 milióna prípadov malárie a 655,000 ľudí umrelo na maláriu, väčšina detí z Afriky.

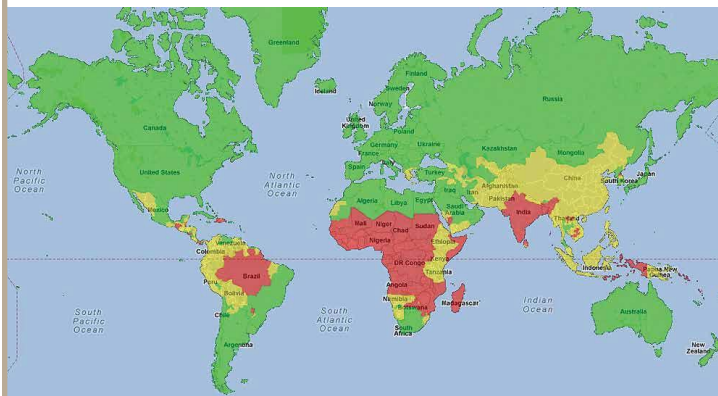
Kde sa malária vyskytuje?

Malária sa vyskytuje v mnohých tropických a subtropických krajinách (viď mapu).

(http://www.cdc.gov/malaria/travelers/country_table/a.html)

Tam kde sa vyskytuje a prenáša malária je odporúčané pri návšteve týchto krajín užívať antimalariká.

AK cestujete do krajín, kde sa prenáša malária, ste v riziku nakazenia sa maláriou.



■ Prenos malárie sa vyskytuje v celej krajine

■ Prenos malárie sa vyskytuje v niektorých častiach

■ Prenos malárie nie je známy

Ako sa ľudia môžu nakaziť maláriou?

Ľudia sa nakazia maláriou po poštípaní komárom, ktorý je nakazený pôvodcom malárie (plasmódiom).



Ako môžem predchádzať malárii?

1. Užívať antimalariká.
2. Predchádzať poštípaniu komárom.

Antimalariká

Ako a kde si môžem kúpiť antimalariká?

Navštívte lekára 4-6 týždňov pred vycestovaním za účelom predpisu antimalarik.

Antimalariká sú dostupné len na predpis.

Niektoré antimalariká sa môžu začať užívať deň pred vycestovaním.

Získajte si lieky ešte pred cestou skôr než v cieľi vašej cesty, pretože kupovať lieky v zahraničí predstavuje riziká. Mohli by byť nekvalitné, kontaminované alebo falošné a neochránia vás pred maláriou.

Všetky lieky môžu mať niektoré nežiadúce účinky. Menej závažné vedľajšie účinky, ako je nevoľnosť, vracanie, občasné alebo hnačka zvyčajne nevyžadujú zastavenie užívania antimalarik.



Prevenca poštípiania komárom

Komáre, ktoré prenášajú maláriu cicajú krv u ľudí medzi súmrakom a úsvitom.

- Zabrániť poštípianiu komárom, ktoré bývajú v interiéri počas tejto doby.
- Ak ste vonku, nosiť tričko s dlhým rukávom, dlhé nohavice a klobúk.
- Aplikovať repelent len na exponovanej koži; nepoužívať pod oblečenie.
- Ak nebudete v klimatizovaných izbách, vykonajte dodatočné opatrenia, ako je napr. spanie v posteli pod sieťou proti hmyzu (moskytiérou). Moskytiér postriekaný insekticidom permetrin je najúčinnnejšie opatrenie.

Ktorí cestovatelia sú ohrození maláriou?

Všetci cestovatelia! Každý, dieťa alebo dospelý, kto ide do krajín kde sa malária prenáša musia vykonávať opatrenia pred nakazením. Sú to turisti, pracovní cestovatelia, dlhodobí cestovatelia, misionári, posádka lietadla, študenti, a imigranti.

Prvá a druhá generácia imigrantov je vo vysokom riziku malárie pretože nemajú dostatočnú ochrannú hladinu protilátok. Preto sú náchylní k nakazeniu sa maláriou a mali by užívať lieky a zabrániť poštípianiu komárom .

Čo ak som tehotná?

Nakazenie sa maláriou v tehotenstve predstavuje riziko pre vás a váš plod. Najlepšie je, keď necestujete do maláriou endemických oblastí počas tehotenstva. Ak musíte cestovať, je nevyhnutné, aby jeden z dvoch liekov proti malárie, ktoré sú bezpečné počas tehotenstva: chlorochín a meflochín. Konzultujte to s vaším lekárom a on určí, ktorý z nich je vhodný pre vašu cieľovú destináciu.

Aké sú príznaky a čo mám robiť, keď ich mám ?

Medzi príznaky malárie patrí horúčka, podobné chrípkovému ochoreniu, vrátane triašky, bolesti hlavy, bolesti svalov, únava, nevoľnosť, zvracanie a hnačka. Malária je potenciálna život ohrozujúca nákaza, ak nie je podaná okamžite adekvátna liečba. Neliečená malária môže spôsobiť mentálnu zmätenosť, kŕče, bezvedomie, zlyhanie obličiek a následne až smrť.

Príznaky malárie sa vyskytujú po 7 až 9 dňoch po nakazení. Ak sa u vás vyskytne horúčka v prvom týždni cesty, je nepravdepodobné, že by ste mali maláriu.

Je dôležité, aby bola podaná liečba okamžite. Cestovateľ, ktorý ochore s príznakmi podobnými chrípke a cestoval do rizikových oblastí v období až do 1 roka po návrate domov by mal okamžite vyhľadať odbornú lekársku starostlivosť. Informujte svojho lekára, že ste boli v endemickej oblasti malárie a mali by ste byť vyšetrený na maláriu.

Viac informácií:

www.cdc.gov/malaria

Prevenca Malárie

- Užívanie antimalarík.
- Zabrániť poštípianiu komárom.
- Ak ste chorý okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.
