

«О профилактических мероприятиях

в туристических поездках в дальнее зарубежье»

Доводим до вашего сведения пресс-релиз Федеральной службы Роспотребнадзора «Памятка для выезжающих в туристические поездки», размещенном на ее сайте 30.04.2016 г., для использования в работе.

В странах Евразии, Африки, Южной Америки, Океании с экваториально-тропическим климатом широко распространены инфекционные и паразитарные заболевания, многие из которых не встречаются или стали редкими в Российской Федерации. Теплый влажный климат способствует длительному выживанию микроорганизмов в окружающей среде, активному выводу насекомых и гельминтов.

Чаще всего инфекционные и паразитарные заболеваний передаются через воду, загрязненные и недостаточно обработанные продукты питания, кровососущих насекомых (комаров, блох, слепней, moskitov, мошек, клещей и других), при контакте с больным человеком или загрязненным объектом окружающей среды, половым путем.

Тропические инфекции часто сопровождаются поражением кишечника, кожи, глаз, различных систем и органов человека, нередко протекают в тяжелой форме и трудно поддаются лечению.

Кроме того, в странах с жарким климатом имеется множество ядовитых растений и животных, способных нанести существенный и непоправимый вред здоровью человека.

В целях обеспечения санитарно-эпидемиологического благополучия населения и санитарной охраны территории Российской Федерации при планировании отдыха в преддверие туристического сезона важно заблаговременно уточнять в территориальных органах Роспотребнадзора и у туроператоров сведения об эпидемиологической ситуации в стране планируемого пребывания.

В целях профилактики инфекционных и паразитарных заболеваний необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания:

- употреблять для еды только ту пищу, в качестве которой вы уверены;
- употреблять для питья только гарантированно безопасную воду и напитки (питьевая вода и напитки в фабричной упаковке, кипяченая вода). Нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
- желательно не пользоваться услугами местных предприятий общественного питания и не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;
- овощи и фрукты мыть безопасной водой и обдавать кипятком;

- перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом;
- при купании в водоемах и бассейнах не допускать попадания воды в рот;
- в целях защиты от укусов насекомых рекомендуется применять средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды), а также в помещениях обязательно засетчивать окна и двери.

При посещении эндемичных стран по желтой лихорадке, которая передается через укусы комаров, в соответствии с Международными медико-санитарными правилами (2005 г.) требуется обязательная вакцинация против данной инфекции.

Главный врач

Рази Д.А .

ПАМЯТКА

Рекомендуемый порядок действий и предъявления претензий в случае некачественного предоставления услуг в ДОЛ.

Закон Российской Федерации от 07.02.1992 г. «О защите прав потребителей» предусматривает возможность защиты Вами своих нарушенных прав потребителя.

Чтобы предъявить претензии к исполнителю услуг, у вас на руках должен быть типовой договор (заключается при покупке путевки ДОЛ). Поскольку при заключении договора, потребитель обычно не вникает в содержание его условий, не интересуется своими правами и обязанностями, то, попадая в ситуацию, когда фактическое неисполнение обязательств нельзя подтвердить, не имеет возможности обосновать свои претензии к исполнителю. Для тех, кто еще только собирается в отпуск, юристы советуют прийти к ним заранее, чтобы правильно составить договор оказания услуг, тогда потом не будет проблем. А если проблемы уже есть, то существует досудебный претензионный порядок урегулирования споров. Досудебный порядок выражается в том, что Вы, как потребитель, можете предъявить требования о защите нарушенного права непосредственно исполнителю, не обращаясь с иском в суд.

Таким образом, у Вас, как у потребителя есть право выбора. Вы можете по своему выбору:

1) либо предъявить требование о защите нарушенного права исполнителю;

2) либо обратиться с иском в суд, предварительно не предъявляя требований исполнителю.

Если Вы обратитесь с требованием к исполнителю услуг, это не лишает Вас права впоследствии обратиться с иском в суд, если исполнитель откажется добровольно удовлетворить Ваши требования полностью или частично.

Претензия - это материальное выражение всех Ваших требований к исполнителю работ. Претензия излагается в вольной форме, но ее содержание должно быть абсолютно понятно. Претензия должна быть составлена в письменной форме, подписана лично Вами и включать в себя:

- 1) полное наименование исполнителя услуг и его юридический адрес;
- 2) фамилию, имя, отчество (полностью) и домашний адрес потребителя;
- 3) условия, место и время выполнения услуг;
- 4) в чем выражено нарушение ваших прав как потребителя;
- 5) Ваши требования потребителя;
- 7) перечень прилагаемых к претензии документов и других доказательств;
- 8) Ваше мнение о наличии вины исполнителя, в чем именно она выражена;
- 9) иные сведения, необходимые для решения спора.

К претензии должны быть приложены документы (их копии), обосновывающие претензионные требования (квитанции, чеки и т.п.). Если к претензии прилагаются какие-то документы, подтверждающие заявленные требования, они могут быть как подлинниками, так и заверенными копиями. Один экземпляр претензии передается исполнителю, а на втором исполнитель делает отметку о получении заявления потребителя. Передать

претензию исполнителю можно любым способом: вручить лично, отправить заказным или ценным письмом, а также с использованием иных средств связи, фиксирующих отправку (факт направления претензии). В любом случае у Вас обязательно должно остаться подтверждение того, что Ваша претензия была направлена исполнителю: квитанция об отсылке заказного (или с уведомлением о вручении) почтового отправления или отметка (с входящим номером и датой, печатью (штампом), подписью должностного лица) о получении материалов претензии (на другом экземпляре претензии).

При положительном ответе на претензию в нем указываются признанная сумма, срок и способ удовлетворения претензии.

При полном или частичном отказе в удовлетворении претензии должны быть сообщены причины отказа со ссылкой на правовые нормы и доказательства, обосновывающие отказ. Если ответ исполнителя Вас не устраивает, Вы имеете право обратиться в суд. В случае частичного отказа в удовлетворении претензии заявитель претензии вправе обратиться в суд с иском о взыскании непризнанной суммы. Если истец предъявил иск о взыскании как признанной, так и непризнанной суммы, суд должен принять дело к производству в части не признанной суммы, а в части признанной суммы во взыскании отказать. При установлении в заседании суда, что претензия была частично признана, производство по делу в этой части подлежит прекращению.

Исковое заявление может быть подано следующим образом:

- 1) непосредственно в суд лично судье в часы приема;
- 2) отправлено по почте (заказным письмом с уведомлением на адрес суда);

3) в экспедиционный отдел (канцелярию) соответствующего суда.

Согласно ст. 131 Гражданского процессуального Кодекса РФ исковое заявление подается в суд в письменной форме.

В исковом заявлении должны быть указаны:

1) наименование суда, в который подается заявление;

2) наименование истца, его место жительства;

3) наименование ответчика, его место расположения;

4) в чем заключается нарушение законных интересов истца и его требования;

5) обстоятельства, на которых истец основывает свои требования, и доказательства, подтверждающие эти обстоятельства;

6) цена иска, если он подлежит оценке, а также расчет взыскиваемых или оспариваемых денежных сумм;

7) сведения о соблюдении досудебного порядка обращения к ответчику, если это установлено федеральным законом или предусмотрено договором сторон;

8) перечень прилагаемых к заявлению документов.

В заявлении могут быть указаны номера телефонов, факсов, адреса электронной почты истца, его представителя, ответчика, иные сведения, имеющие значение для рассмотрения и разрешения дела, а также изложены ходатайства истца.

Исковое заявление подписывается истцом или его представителем при наличии у него полномочий на подписание заявления и предъявление его в суд.

К исковому заявлению прилагаются (в соответствии со ст. 132 Гражданского процессуального Кодекса РФ (далее ГПК РФ)):

1) его копии в соответствии с количеством ответчиков и третьих лиц;

2) документы, подтверждающие обстоятельства, на которых истец основывает свои требования, копии этих документов для ответчиков и третьих лиц, если копии у них отсутствуют;

3) доказательство, подтверждающее выполнение обязательного досудебного порядка урегулирования спора, если такой порядок предусмотрен федеральным законом или договором;

4) расчет взыскиваемой или оспариваемой денежной суммы, подписанный истцом, с копиями в соответствии с количеством ответчиков и третьих лиц.

В силу п. 3 ст. 17 Закона Российской Федерации от 07.02.1992 г. «О защите прав потребителей» потребители освобождаются от уплаты государственной пошлины по всем искам, связанным с нарушением их прав, без каких-либо ограничений. В судебной практике есть небольшой процент дел, которые были проиграны потребителем лишь потому, что человек не смог правильно оформить свою претензию: грамотно не сформулировал требование, не предоставил весомых доказательств. Так что в суд идти лучше с профессиональным юристом.

Желаем Вам удачи в защите своих прав и законных интересов.

ПАМЯТКА

Вы собирались отправить ребенка в детский оздоровительный лагерь, но он серьезно заболел и поехать не смог. «В соответствии со ст.10 Закона

«Об основах туристической деятельности в РФ» каждая из сторон вправе **требовать** изменения или расторжения договора в связи с существенным изменением обстоятельств, из которых стороны исходили при заключении договора. К существенным изменениям относится невозможность совершения поездки по независящим от него обстоятельствам (болезнь или другие обстоятельства). Как видно, данная ситуация четко попадает под формулировку закона. Как же быть с договором, в котором сказано, что деньги не возвращаются, если отказ от поездки произошел менее чем за три дня? Здесь тоже все просто. В ст. 16 Закона «О защите прав потребителей» сказано: условия договора, ущемляющие права потребителей по сравнению с правилами, установленными законами или иными правовыми актами Российской Федерации в области защиты прав потребителей, признаются недействительными. Это напрямую относится к пункту договора о трехдневном ограничении. Кстати, он противоречит и ст.32 того же Закона. В ней говорится, что потребитель вправе отказаться от исполнения договора о выполнении работ (оказании услуг) в любое время при условии оплаты исполнителю фактически понесенных им расходов, связанных с исполнением обязательств по данному договору.

Как необходимо поступить?

Сначала нужно обратиться к фирме, где вы заключали договор с письменной претензией. Это обязательное условие, без соблюдения которого суд просто не примет исковое заявление. Ведь согласно ст.452 Гражданского Кодекса РФ требование об изменении или о расторжении договора может быть заявлено стороной в суд только после получения отказа другой стороны на предложение изменить или расторгнуть договор, либо неполучения ответа в срок, указанный в предложении или установленный законом, либо договором, а при его отсутствии – в 30-дневный срок. Если претензия не даст результатов, придется обращаться с иском в суд.

Потребитель может подать исковое заявление либо по месту своего жительства, либо по месту нахождения ответчика. К заявлению необходимо приложить все необходимые документы:

- 1) документы, подтверждающие обстоятельства, на которых истец основывает свои требования;
- 2) доверенность или иные документы, подтверждающие полномочия на подписание искового заявления;
- 3) документы, подтверждающие соблюдение истцом претензионного или иного досудебного порядка, если он предусмотрен федеральным законом или договором.

Лучше, если это будут копии, а подлинники вы принесете с собой в зал суд

Памятка туристу



Перед тем, как отправиться в путешествие, Вам следует подумать, насколько состояние Вашего здоровья позволяет выехать в ту или иную страну в зависимости от климата, условий питания, особенностей культурного отдыха, возможности проведения профилактических прививок, приема лекарственных препаратов для профилактики инфекционных болезней.

Для этого Вам рекомендуется пройти тщательный медицинский осмотр и получить заключение врача. С особым вниманием следует относиться к рекомендациям врача больным хроническими заболеваниями, беременным и лицам с малолетними детьми.

Перед поездкой Вы должны обязательно пройти инструктаж в туристической фирме, которая организует поездку, и получить настоящую памятку.

При выезде в страны, неблагополучные по желтой лихорадке, Вы должны сделать профилактическую прививку и получить международное свидетельство о вакцинации против желтой лихорадки. Выезжая в страны, неблагополучные по малярии, Вам необходимо получить рекомендации у своего врача о профилактических лекарственных препаратах и способах их применения.

Перед поездкой сформируйте и имейте при себе аптечку первой помощи, которая поможет Вам при легких недомоганиях, сэкономит Ваше время на поиски лекарственных средств и избавит от проблем общения на иностранном языке.



Аптечка первой помощи: болеутоляющие средства; сердечно-сосудистые средства; средства от несварения желудка; желчегонные препараты, против укачивания в транспорте; средства от укусов насекомых; перевязочный материал (бинты, ватные шарики); водонепроницаемый лейкопластырь; одноразовые шприцы; барьерные контрацептивы; раствор для контактных линз, если Вы их носите; глазные капли; солнцезащитные кремы и кремы для ухода за кожей после пребывания на солнце.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗА ГРАНИЦЕЙ



Если вы планируете в скором времени отправиться в отпуск или служебную командировку за границу, не лишним будет заранее ознакомиться с национальными особенностями той страны, которую вы намерены посетить. Чтобы избежать конфликтов с местным населением и чувствовать себя уверенно и комфортно, необходимо соблюдать определенные правила поведения. В каждой стране свои традиции, которые нужно соблюдать и уважать — это обязательное правило для каждого воспитанного и цивилизованного человека.

ПРЕБЫВАНИЕ В ЗАРУБЕЖНОЙ СТРАНЕ

Во время путешествия, Вам необходимо соблюдать определенные правила и ограничительные меры проживания, питания и культурного отдыха.



ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Люди из стран умеренного климата нуждаются в адаптации в странах с тропическим и субтропическим климатом.

Для предупреждения солнечных и тепловых ударов необходимо носить одежду из легких и натуральных тканей, летний головной убор, смазывать открытые участки кожи кремом от загара, увеличить количество потребления жидкостей и ограничить прием алкогольных напитков.

Во время отдыха следует быть особенно осторожными при контакте с животными, так как они являются источниками многих инфекционных и паразитарных болезней. Не трогайте кошек, собак и других животных! Это опасно практически во всех странах.

Если Вы при контакте с животным получили укус, оцарапывание или просто ослушение, тщательно промойте эту часть тела водой с мылом. Немедленно обратитесь к врачу для решения вопроса о проведении прививок против бешенства и столбняка.



Другую опасность представляют укусы ядовитых змей, насекомых (скорпион, каракрут, тарантул, сколопендра) и обитателей тропических морей (ядовитые медузы, пиявки, рыбы), которые могут привести к серьезным нарушениям Вашего здоровья. Большинство опасных для человека кровососущих насекомых (блохи, клещи, комары, москиты, слепни, мошки и мухи) являются переносчиками тропических инфекционных и паразитарных заболеваний. Для предупреждения осложнений во время отдыха на природе необходимо избегать контактов с животными, пресмыкающимися и насекомыми, одевать одежду с длинными рукавами, брюки, ботинки с плотными гетрами или носками, применять репелленты.

ПРАВИЛА ПРОЖИВАНИЯ

Проживание допускается только в гостиницах, обеспеченных централизованным водоснабжением и канализацией. При наличии в номере комаров, блох, клопов, грызунов необходимо немедленно поставить в известность администрацию для принятия срочных мер по их уничтожению. В местах скопления летающих насекомых требуйте засетчивания окон и дверей, наличия половиков над кроватью и электрофумигаторов.



ПИТАНИЕ

Прием пищи допускается в определенных пунктах питания, где используются продукты гарантированного качества промышленного производства. Для питья должна использоваться только бутилированная или кипяченая вода, напитки, соки промышленного производства и гарантированного качества.

Для мытья фруктов и овощей необходимо использовать только кипяченую или бутилированную воду.

Запрещается покупать лед для охлаждения напитков у продавцов уличной торговли, а также использование в пищу продуктов традиционной национальной кухни, продуктов с просроченным сроком годности, не прошедших гарантированную технологическую обработку, а также приобретенных в местах уличной торговли.

ОРГАНИЗАЦИЯ ОТДЫХА



Запрещается организация и проведение экскурсий, других мероприятий (охота, рыбалка) в местах не обозначенных официальной программой.

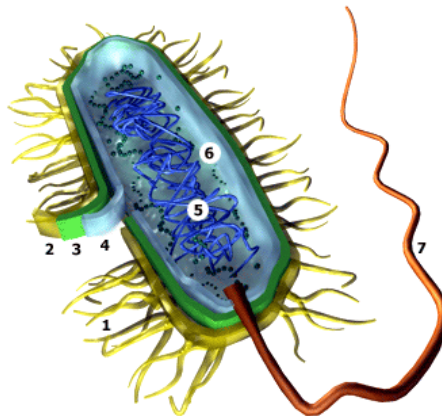
Купание туристов разрешается только в бассейнах и специальных отведенных местах для купания. Запрещается лежать на пляже без подстилки, ходить по земле без обуви.

Не рекомендуется приобретение меховых, кожаных изделий, а также животных и птиц у частных торговцев.

Строго соблюдайте правила личной гигиены.

ПРОФИЛАКТИКА ЛУЧШЕ, ЧЕМ ЛЕЧЕНИЕ!

При выезде в зарубежные страны Вам 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

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 обратиться 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, Марбург и Денге.

ЖЕЛТАЯ ЛИХОРАДКА

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 10 лет, после чего проводится повторная прививка.

Без международного свидетельства о вакцинации против желтой лихорадки выезд в неблагополучные страны запрещается.

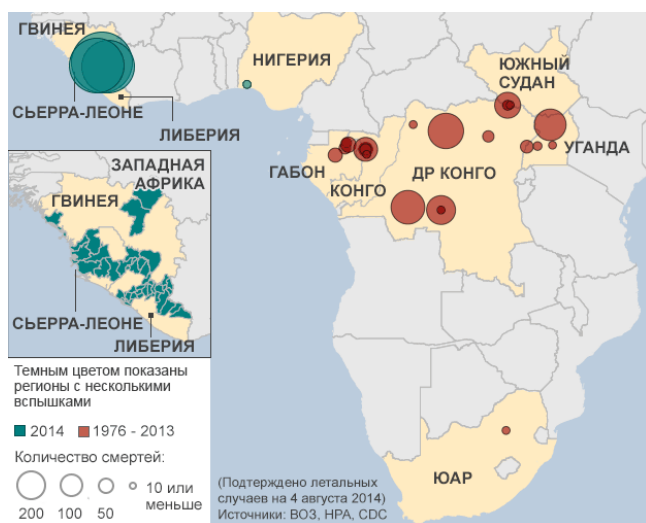


ЛИХОРАДКИ ЭБОЛА, ЛАССА, МАРБУРГ

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 17 дней.

Страны, где когда-либо была зафиксирована геморрагическая лихорадка Эбола



В Африке, подтвержденные случаи Эбола были зарегистрированы в:

- Гвинея
- Либерия
- Сьерра-Леоне
- Демократическая Республика Конго (ДРК)
- Габон
- Южный Судан
- Кот-д'Ивуар
- Уганда
- Республика Конго (РОК)
- Южная Африка (завезенные случаи)
- Нигерия

О геморрагической лихорадке Эбола

Геморрагическая лихорадка Эбола – вирусная геморрагическая лихорадка. Это тяжелое, часто смертельное заболевание у человека и приматов.

Есть пять выявленных подвидов *вируса лихорадки Эбола*. Четыре из пяти вызывают заболевания у людей: вирус Эбола ; Вирус Судан ; Тай Лес вирус ; и вирус Bundibugyo. Пятая разновидность, вирус Reston вызывает заболевание у приматов, но не у человека.

Естественным источником вируса на данный момент предполагаются летучие мыши.

Поскольку это до сих пор не доказано, то неизвестно, каким образом вирус впервые появляется у человека в начале вспышки . Тем не менее, исследователи предположили, что первый пациент заражается при контакте с инфицированным животным.

Как передается Эбола

Когда инфекция имеет место у людей, существует несколько способов, в которых вирус может передаваться другим. К ним относятся:

- прямой контакт с кровью или выделениями инфицированного человека

- воздействие объектов (например, иглы), которые были загрязнены с инфицированными выделениями

Вирусы, вызывающие Эбола часто распространяются через родственников и друзей, потому что они приходят в тесном контакте с инфицированными выделениями при уходе за больными людьми.

Во время вспышек лихорадки Эбола, болезнь может быстро распространяться в учреждениях здравоохранения (например, клиники или больницы).

Вирус Эбола НЕ передается через ВОДУ, ВОЗДУХ, ЕДУ.

Признаки и симптомы

Симптомы лихорадки Эбола обычно включают:

- Лихорадка
- Головная боль
- Совместные и мышечные боли
- Слабость
- Диарея
- Рвота
- Боль в желудке
- Отсутствие аппетита

У некоторых пациентов может наблюдаться:

- Сыпь
- Красные глаза
- Икота
- Кашель
- Боль в горле
- Боль в груди
- Затрудненное дыхание
- Затрудненное глотание
- Внутренние и поверхностные кровотечения

Симптомы могут появиться в любое время от 2 до 21 дней после начала воздействия вируса чаще всего 8-10 дней.

Информация взята с [сайта ВОЗ](#)

ЛИХОРАДКА ДЕНГЕ

Острое вирусное заболевание, передаваемое комарами и имеющее распространение в тропических и субтропических зонах. Заболевание характеризуется выраженной головной болью, высокой температурой, сильным ознобом, появлением геморрагической сыпи, болями в суставах, носовыми кровотечениями, примерно у 40% больных на 3-7 день заболевания развивается инфекционно-токсический шок. Максимум заболеваний регистрируется в период муссонов – с мая по октябрь Единственным способом предупреждения заболевания является использование индивидуальных средств защиты от укусов комаров (применение репеллентов, защитных сеток, пологов, засетчивание оконных и дверных проемов).

ПАЗИТАРНЫЕ 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 – паразитарными заболеваниями, возбудители которых паразитируют в лимфатической, кровеносной системе и подкожной клетчатке. Для многих из этих заболеваний характерны длительный инкубационный период и тяжелое хроническое течение.

МАЛЯРИЯ

Тяжелое паразитарное заболевание, широко распространенное в странах с тропическим и субтропическим климатом.

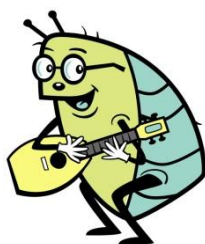


Заражение происходит при укусах малярийных комаров. Известны 4 формы малярии, из которых наиболее тяжелая - тропическая, распространенная в странах Африки. Инкубационный период составляет от 7 дней до 1 месяца при тропической малярии и до 3-х лет при других формах.

Симптомы заболевания: головная боль, слабость, последовательно возникающие симптомы: озноб, жар, пот.

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. Прием препаратов надо начинать за 1 неделю до выезда в зарубежные страны, продолжать весь период пребывания в стране с высоким риском заражения.



ЧУМА



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.

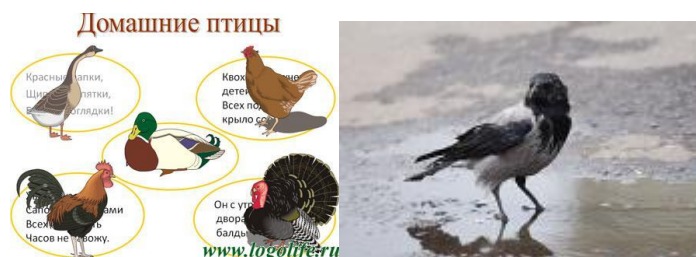
Заболевание начинается с высокой температуры, сильного озноба, головной боли, увеличения лимфоузлов и кашля с кровью.

При появлении указанных признаков заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

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.



В ряде случаев возможно заражение человека при употреблении в пищу мяса и яиц больных птиц без достаточной термической обработки.

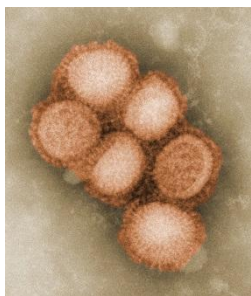
Опасны выделения зараженных птиц, которые, попадая на растения, в воздух, в воду, затем могут заразить человека через воду при питье и купании, а так же воздушно-капельным, воздушно-пылевым путем, и через грязные руки.

Инкубационный период составляет от нескольких часов до 5 дней. Заболевание гриппом птиц начинается остро с озноба, повышения температуры до 38°C 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.

При появлении первых признаков заболевания необходимо срочно обратиться к врачу для установления диагноза и назначения адекватного и своевременного лечения, так как позднее начало лечения неизбежно приводит к развитию осложнений.

Меры профилактики. Необходимо избегать контакта с домашней и дикой птицей в домашних хозяйствах, рынках и мест массового скопления птицы на открытых водоемах. Выгул домашней птицы должен проводиться только на частных подворьях граждан.

Высокопатогенный («свиной») грипп – острое вирусное



инфекционное заболевание. Возбудителем инфекции является вирус гриппа типа А/Н1N1, ранее не встречавшийся ни у свиней, ни у людей.

Основными симптомами заболевания: головная боль, боли в мышцах, повышение температуры, кашель, боль в горле, заложенность носа, насморк. Могут наблюдаться рвота и диарея. Скрытый (инкубационный) период заболевания длится до 7 дней после заражения.

Инфекция передается воздушно-капельным путем, как правило, при тесном контакте, т.е. при нахождении на расстоянии около 2 м от заболевшего человека. Болеют преимущественно взрослые люди молодого возраста.

Профилактика:

Для профилактики заболевания избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, обнаруживают явления жара (температуры) и кашель. Рекомендуется регулярное проветривание рабочих и жилых помещений, соблюдение правил личной гигиены. Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность, закаливание и т.д.

В целях предупреждения заражения высокопатогенным гриппом А/Н1N1, рекомендуется воздержаться от поездок в Мексику и другие неблагополучные в эпидемическом отношении страны.

Если в доме обнаружился больной с признаками респираторного заболевания (кашель, насморк, повышение температуры и др.) необходимо вызвать врача, но уже до его прихода провести комплекс профилактических мероприятий:

1. Изолировать больного, поместив его, по возможности, в отдельную комнату или, по крайней мере, на расстоянии не менее 1 метра от окружающих, ограничить его контакт с другими членами семьи.
2. Обеспечить больного индивидуальными предметами ухода, бельем, полотенцем, столовой посудой.
3. Ухаживающие за больным, а также остальные члены семьи должны тщательно мыть руки водой с мылом после каждого контакта с больным, носить защитную маску, которую необходимо утилизировать после использования.
4. Помещение, где находится больной, следует чаще проветривать.
5. Содержать помещения в чистоте, используя моющие хозяйственные средства.

Если Вы чувствуете, что заболели - появился кашель или боли в горле, высокая температура, оставайтесь дома и не ходите на работу, в школу или места

скопления людей. Отдыхайте и принимайте большое количество жидкости, прикрывайте рот и нос одноразовыми платками во время кашля и чихания, тщательно и часто мойте руки с мылом. Сообщите семье и друзьям о вашей болезни и постарайтесь избегать контакта с людьми. Если Вам потребуется медицинская помощь, вызовите врача на дом.

КОРОНАВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ



Какой-либо специфики в клинической картине этой инфекции нет. Она может быть сходна с болезнями, обусловленными респираторно-синцитиальными, парагриппозными вирусами и риновирусами. Могут наблюдаться такие симптомы, как боль при глотании, чихание, недомогание, умеренная головная боль, т. е. симптомы, свойственные респираторным заболеваниям.

При посещении стран Ближнего Востока необходимо неукоснительно соблюдать правила личной гигиены в общественных местах, мыть руки, не касаться лица и глаз немытыми руками, избегать контакта с лицами, проявляющими симптомы респираторных заболеваний и незамедлительно обращаться к врачу в случае появления температуры, кашля, слабости и других симптомов ОРЗ. Кроме того следует воздержаться от экскурсий, связанных с поездкой на верблюдах либо пребыванием рядом с ними. Лицам, страдающим хроническими заболеваниями, следует проконсультироваться с врачом перед поездкой в страны Ближнего Востока.

При появлении симптомов ОРЗ в течение 14 дней с момента возвращения из стран Аравийского полуострова и близлежащих регионов следует незамедлительно обратиться к врачу и сообщить о своем пребывании в данном регионе.

ВОЗВРАЩЕНИЕ ИЗ ПУТЕШЕСТВИЯ



При возвращении из путешествия, на борту самолета Вам могут предложить заполнить «Анкету гражданина, прибывающего из-за рубежа», в которой необходимо указать точный адрес постоянного места жительства или временного пребывания, рабочий и домашний телефоны.

Сведения анкеты необходимы для своевременной организации противоэпидемических мероприятий при возникновении очага карантинных инфекций.

При пересечении границы, Вы должны способствовать личному досмотру, а также досмотру вещей, особенно из меха и кожи, животных и птиц.

При ввозе животных и птиц Вам необходимо иметь сопровождающее ветеринарное свидетельство, полученное в Государственной ветеринарной службе страны, где приобретено животное.

При возникновении лихорадочного состояния, тошноты, рвоты, жидкого стула, кашля с кровавой мокротой, сыпи на кожных покровах и слизистых Вам следует немедленно обратиться к врачу для медицинского осмотра и обследования на инфекционные и паразитарные заболевания.

Вам необходимо помнить, что во время пребывания в стране, неблагополучной по малярии и в течение 3-х лет после возвращения, при любом повышении температуры следует немедленно обращаться в лечебное учреждение и сообщать врачу, что Вы были в «тропиках».

Помните - Ваше здоровье в Ваших руках!



Гл врач

Рази Д.А.