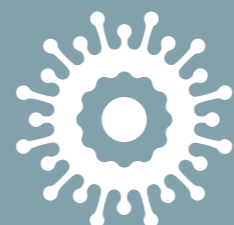


**Očkujete se
před cestou do
zahranicí?**

**Měli
byste!**



Rozšiřuje se spektrum
cestovatelských oblastí



Rozšiřuje se spektrum
infekčních onemocnění



Rozšiřuje se spektrum
doporučených očkování

Některé státy při vstupu na svá území vyžadují povinně očkování proti:



žluté zimnici při cestách do některých zemí Afriky a Střední a Jižní Ameriky

seznamy těchto zemí jsou pravidelně aktualizovány WHO

očkování je vyžadováno i při tranzitu v oblasti s výskytem žluté zimnice!



meningokokové meningitidě (A, C, Y, W) při cestách do Saudské Arábie

Doporučená očkování pro cestovatele



Nemoci přenášené vodou a potravinami:

- Virová hepatitida A
- Břišní tyfus
- Cholera (+ETEC)
- Přenosná dětská obrna (poliomyelitida)



Nemoci přenášené krví a sexuálním stykem:

- Virová hepatitida B



Nemoci přenášené poraněním zvířete:

- Vzteklna



Nemoci přenášené vzduchem:

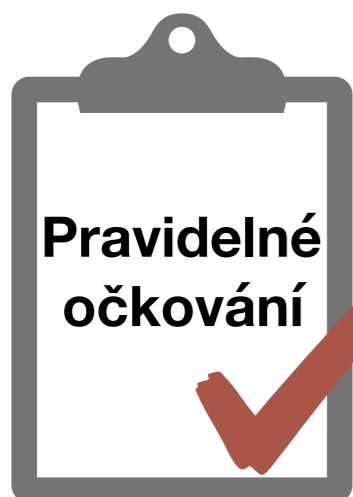
- Meningokoková onemocnění
- Chřipka
- Pneumokoková onemocnění
- Záškrt
- Černý kašel



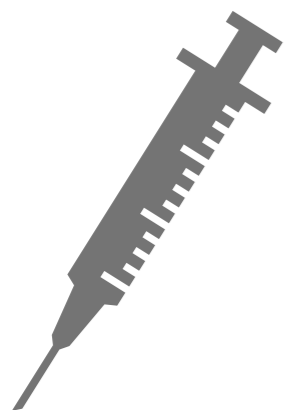
Nemoci přenášené členovci:

- Klíšťová encefalitida
- Japonská encefalitida
- Žlutá zimnice

Zkontrolujte si své očkování!



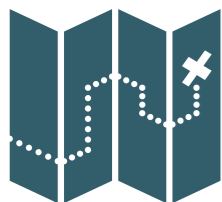
Každý, kdo cestuje by měl mít v pořádku očkování, která jsou v ČR prováděna v rámci **pravidelného očkování**, včetně **platného** a **úplného očkování proti tetanu**.



U osob cestujících do **endemických oblastí** se doporučuje přeočkování proti **přenosné dětské obrně** a **záškrtu**.

Vzhledem k výskytu **černého kašle** u nás i v zahraničí nebo **záškrtu** (nejen v zemích EU) je vhodné alespoň jednou v dospělosti současně s přeočkováním proti tetanu provést **přeočkování** proti těmto nemocem.

Podle čeho se vypracovává Váš individuální očkovací plán?



navštívená oblast, cestovní program, délka pobytu



pobyt ve městě nebo na venkově



způsob cestování, stravování a ubytování



roční období v cílové destinaci



současný zdravotní stav (chronická onemocnění, alergie)



kontraindikace očkování



věk, případně těhotenství



imunitní stav (s ohledem na prodělání infekčních onemocnění nebo předchozí imunizace)



čas do odjezdu

např. při cestách do tropických zemí až půl roku před odjezdem, při cestách do méně rizikových zemí alespoň 2 měsíce před odjezdem



Vždy je nutno zvážit výhody vakcinace a existující kontraindikace očkování!!!

NEZAPOMÍNÁTE NA TETANUS?

Víte, že...

...k nákaze může dojít při poranění a zanesení spor *Clostridia tetani* do rány. V hlubokých částech rány v prostředí bez přístupu kyslíku začne bakterie tvořit toxin zodpovědný za onemocnění. Vyšší riziko onemocnění je např. u injekčních uživatelů drog.



... jen díky očkování se onemocnění tetanem v ČR prakticky nevyskytuje?

... spory tetanu dlouhodobě přežívají v půdě?



Hlídáte si svůj termín přeočkování?

U dospělých do 60 let je interval přeočkování 10-15 let

U dospělých nad 60 let je interval přeočkování 10 let

Proč se očkovat proti VIROVÉ HEPATITIDĚ A?

Protože v oblíbených destinacích, tropických a subtropických oblastech včetně jižní Evropy, je výskyt onemocnění stále vysoký.

Protože u některých nakažených může onemocnění probíhat závažněji, u starších osob (nad 40 let) se mohou vyskytnout těžké až smrtelné průběhy.

Protože nás očkování chrání celoživotně

Virus žloutenky typu A se vylučuje stolicí a šíří se snadno tam, kde jsou zhoršené hygienické podmínky:



z člověka na člověka
špinavýma rukama



kontaminovanou vodou a
potravinami nebo
kontaminovanými
předměty



vyšší riziko nákazy hrozí u
injekčních uživatelů drog a
homosexuálů



POZOR! Dáváte si také rádi na dovolené tepelně nezpracované mořské plody nebo čerstvou zeleninu a ovoce, led do nápojů, atd. ? Právě v tomto chování spočívají nejčastější rizika nákazy při cestování...



VIROVÁ HEPATITIDA B

se v ČR vyskytuje omezeně, ale...

...přenáší se velmi snadno, nejenom krví, infikovanými jehlami nebo pohlavním stykem, ale třeba také krví kontaminovaným aerosolem prostřednictvím oční spojivky.

Víte, že...

...i náhodné sdílení kartáčku na zuby může být rizikové?

...existuje riziko přenosu žloutenky typu B v některých zahraničních zdravotnických zařízeních s nízkým hygienickým standardem?

Například prostřednictvím kontaminovaných zdravotnických nástrojů nebo opakovaně používaných jednorázových pomůcek?

Jste si jistí, že Vy nebo Vaši blízcí nebudete například potřebovat infuzní zavodnění při průjmovém onemocnění?

BŘIŠNÍ TYFUS

Onemocnění je rozšířené ve všech zemích tropického a subtropického klimatického pásu, zejména v zemích s nízkým hygienickým standardem, včetně turistických oblastí.

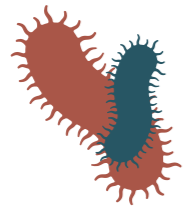
Přenáší se:

- alimentární cestou, požitím kontaminované vody a potravin
- fekálně-orální cestou

Šíří se zejména:

- v teplém a vlhkém klimatu
- při špatných hygienických podmínkách

Očkování proti onemocnění břišním tyfem je doporučeno osobám před cestou do rizikových oblastí v závislosti na typu ubytování, délce pobytu a typu stravování a to nejpozději dva týdny před odjezdem.

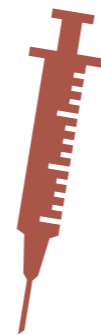


MENINGOKOKOVÁ ONEMOCNĚNÍ

Nejúčinnější ochranou proti meningokokovým onemocněním je očkování.

Meningokoky ohrožují nejen malé děti a dospívající, ale i cestovatele všech věkových skupin.

Kombinovaná vakcína:
proti meningokokům
séroskupin A, C, W, Y



MenB vakcíny: proti
meningokokům
séroskupiny B

Víte, že...

...invazivní meningokokové onemocnění má při dostupné intenzivní péči průměrnou smrtnost 10% ?

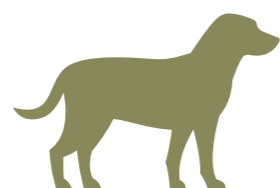
...očkování proti meningokokovým onemocněním (A, C, Y, W) je při cestách do Saudské Arábie povinné?



Od ledna 2018 jsou meningokokovými vakcínami bezplatně očkovány osoby se zdravotní indikací.

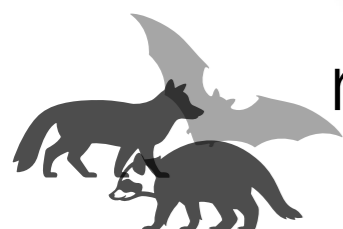
VZTEKLINA

se vyskytuje na všech kontinentech s výjimkou Antarktidy; je endemická ve více než 150 zemích a oblastech světa



za 99 % všech lidských případů vztekliny může pokousání nemocnými psy

90-95 % lidských úmrtí na vzteklinu je hlášeno z Asie a Afriky



rezervoárem vztekliny mohou být divoká zvířata (liška, netopýr, mýval, skunk, kojot atd.) i domácí zvířata (kočka, pes atd.)

onemocnění lze ve 100 % předcházet očkováním, zejména při cestách do odlehlých rizikových oblastí bez dostupné zdravotní péče



POLIOMYELITIDA

Přenosná
dětská
obrva

Onemocnění dosud nebylo vymýceno. WHO každé 3 měsíce informuje o vývoji situace výskytu poliomyelitidy ve světě.

V roce 2018 bylo zaznamenáno:

- **33** onemocnění vyvolaných divokými polioviry

Afganistán

Pakistán

- **104** onemocnění vyvolaných z vakcín derivovanými polioviry.

Somálsko

Niger

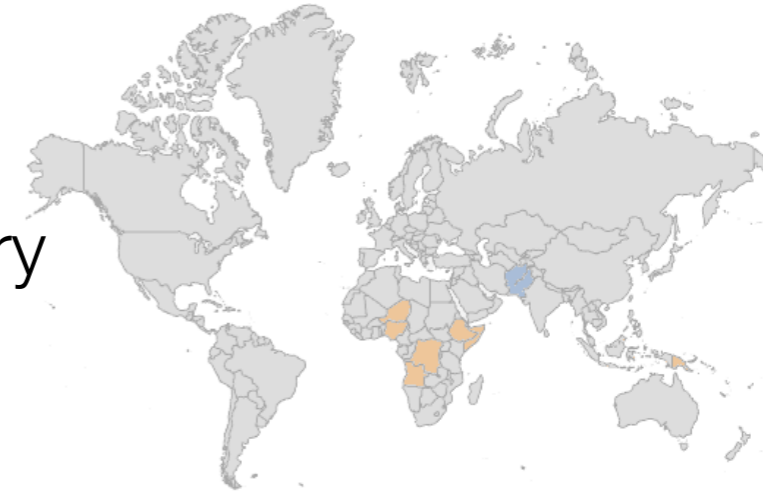
Angola

Etiopie

Nigérie

Papua Nová Guinea

Demokratická republika Kongo



WHO doporučuje cestovatelům do zemí s výskytem polioviru, aby se před cestou nechali přeočkovat proti poliomyelitidě.

KLÍŠŤOVÁ ENCEFALITIDA



Víte, že...

...klíšťata infikovaná virem klíšťové encefalitidy se vyskytují jak v přírodě, tak v okolí obydlí (parky, zahrady).

...za posledních 10 let onemocnělo v ČR každý rok 355 – 861 osob.

...čím starší člověk, tím má onemocnění závažnější průběh s možnými neurologickými následky i úmrtím.

V Rakousku se díky téměř 90 % proočkovanosti podařilo snížit počty onemocnění ze stovek na desítky případů ročně.

Je důležité očkovat nejen děti, ale i dospívající a dospělé.

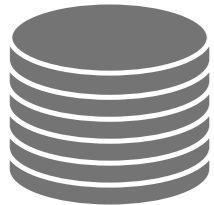
Očkování je nutné opakovat ve stanovených intervalech (3-5let).

CHŘIPKA

Víte, že každý rok v EU...



onemocní 4 – 50 miliónů osob?



dochází k významným ekonomickým ztrátám v důsledku pracovní neschopnosti a zvýšených nákladů na zdravotní péči?



15 000 – 70 000 nemocných v souvislosti s onemocněním chřipkou **zemře**?

Očkování chrání před onemocněním a/nebo závažnými komplikacemi onemocnění chřipkou.

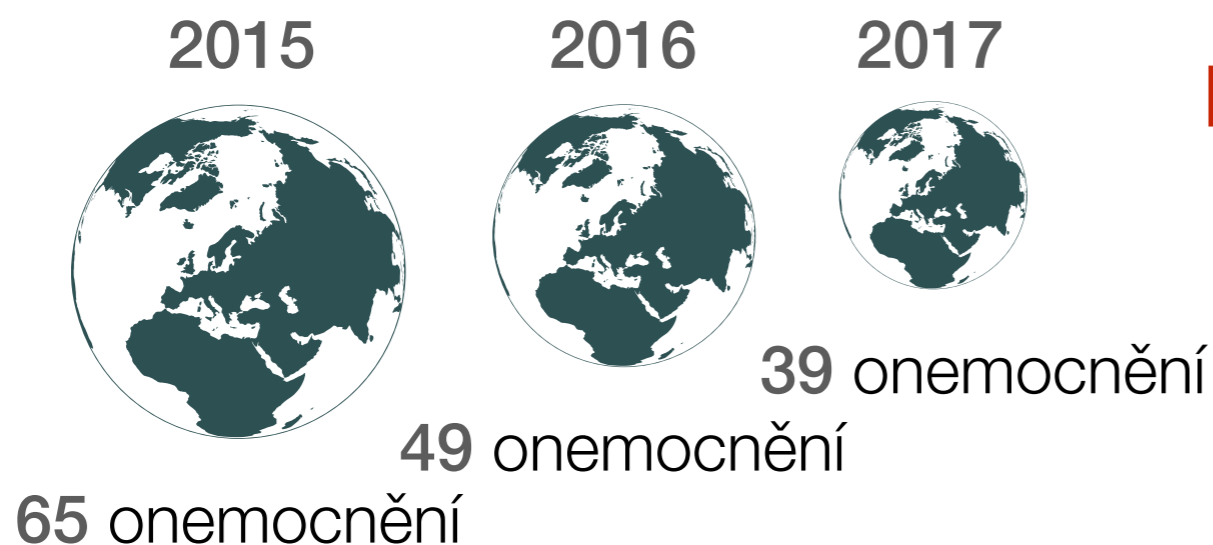


ZÁŠKRT (DIFTERIE)

Vzhledem k možnému vyvanutí imunity by se proti difterii mělo očkovat každých **10 let**.

Při cestách do zemí mimo Evropu a Severní Ameriku se doporučuje **přeočkování**, zvláště u starších cestovatelů, cest delších než 1 měsíc a při plánovaném užším kontaktu s místním obyvatelstvem.

I v zemích EU/EEA se můžete se záškrtem setkat.



Nezapomínejte na očkování!



JAPONSKÁ ENCEFALITIDA



Vyskytuje se v **Jihovýchodní Asii** a **Západním Pacifiku**.

Zdrojem nákazy jsou prasata a ptáci, k přenosu nákazy dochází infikovanými komáry druhu **Culex**; v mírném zeměpisném pásmu v teplém období roku, v tropech a subtropích celoročně s maximem v období dešťů a před sklizní rýže.

Je doporučeno chránit se před poštípáním komáry – používat **repelenty, vhodný oděv a moskytiéry**.

Pro osoby cestující do oblasti s výskytem japonské encefalitidy je v ČR **dostupné očkování** proti japonské encefalitidě.

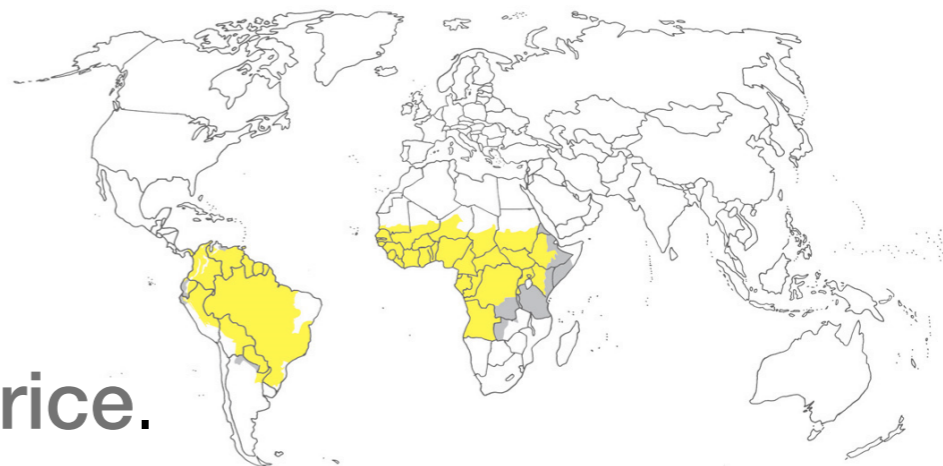




ŽLUTÁ ZIMNICE

Akutní virové horečnaté onemocnění s krvácivými projevy a **vysokou smrtností**.

Vyskytuje se v tropické **Africe a Jižní Americe**.



Zdrojem nákazy jsou **opice i člověk**, onemocnění je přenášeno **komáry**.

Očkování:

- jedna dávka chrání po celý život
- nutný záznam do mezinárodního očkovacího průkazu
- vystavený certifikát o očkování proti žluté zimnici nabývá platnosti 10 dní po aplikaci
- může být podle mezinárodního zdravotního řádu vyžadováno jako podmínka vstupu do země
- očkování provádí pouze specializovaná zdravotnická centra



CHOLERA

Cholera se endemicky vyskytuje v **Indii**, a epidemický výskyt je možný ve všech zemích tropů a subtropů.

Primární prevence:



dodržování základních hygienických návyků



mytí ovoce a zeleniny desinfikovanou vodou



pití balené/desinfikované vody (např. chlorované)



konzumace dostatečně tepelně ošetřené stravy



vyhýbání se konzumaci syrových mořských jídel a ledu v nápojích

Očkování proti choleře neživou perorální vakcínou (roztok pro vypití).

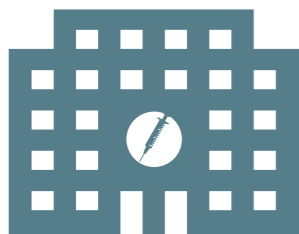


2 dávky pro dospělé a děti od šesti let



3 dávky pro děti od dvou do šesti let

Víte, kde se můžete nechat naočkovat pokud plánujete cestu do zahraničí?



Očkování v ČR provádějí specializovaná pracoviště - centra očkování a cestovní medicíny.



Zde Vám vypracují **individuální očkovací plán** na základě odhadu rizika získání přenosného onemocnění při cestě do zahraničí. Při plánování cesty je nutno zahájit očkování včas.



V centru cestovní medicíny dostane cestovatel informaci i o prevenci onemocnění, proti kterým zatím není očkování dostupné (malárie, horečka dengue atd.)

OČKOVÁNÍ PŘI CESTÁCH DO ZAHRANIČÍ

Očkování by mělo
být součástí

přípravy
cestovatele

nejen do
exotických zemí

- Základem jsou **rutinní očkování** podle platného očkovacího kalendáře.
- **Doporučená očkování** se liší podle destinace a druhu pobytu.
- Do některých zemí jsou vyžadována **očkování povinná** (žlutá zimnice, meningokoková onemocnění, poliomyelitida)



Před cestou do zahraničí se s dostatečným časovým předstihem poraďte s odborníky v očkovacích centrech!!!