



УЗ «Могилевский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ВЫЕЗЖАЮЩИМ ЗА РУБЕЖ

Во многих странах мира существует реальная угроза заражения инфекционными заболеваниями, которые тяжело протекают клинически и могут привести к смертельному исходу: холера, чума, желтая лихорадка, лихорадки Эбола, Ласса, Марбург, Денге, Зика, Западного Нила, Чикунгунья, малярия, анкилостомоз, лейшманиоз, шистосомоз, стронгилоидоз и др.

ПРОФИЛАКТИКА ЛУЧШЕ, ЧЕМ ЛЕЧЕНИЕ!

Ответственность за свое здоровье Вы несете, прежде всего, сами!

Чтобы избежать заболеваний, соблюдайте меры профилактики:

ВАКЦИНАЦИЯ



При выезде в страны, неблагополучные по желтой лихорадке (страны Африки и Южной Америки), необходимо сделать профилактическую прививку и получить международное свидетельство о вакцинации против желтой лихорадки в учреждении здравоохранения «19-я центральная районная поликлиника Первомайского района г. Минска» (контактный телефон: 8017-374-07-22). Для путешествия в страны Африки и Юго-Восточной Азии целесообразны прививки против гепатитов А.

ПРОЖИВАНИЕ

Выбирайте для проживания только места, обеспеченные централизованным водоснабжением и канализацией. При наличии в номере насекомых, грызунов немедленно поставьте в известность администрацию.



ПИТАНИЕ



Не пробуйте незнакомые продукты и угощения, приготовленные местными жителями, приобретайте продукты в местах установленной торговли, обращайтесь внимание на срок годности. Для мытья овощей и фруктов используйте кипяченую или бутилированную воду.

ОТДЫХ

Не участвуйте в экскурсиях, других мероприятиях (охота, рыбалка) в местах, не обозначенных официальной программой. Купайтесь только в бассейнах и специальных водоемах, не допускайте попадания воды в рот при купании.



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА



Строго соблюдайте правила личной гигиены, перед едой и после посещения туалета тщательно мойте руки с мылом.

Соблюдение гражданами Республики Беларусь, выезжающими в зарубежные страны, мер личной безопасности и профилактики заболеваний, поможет сохранить санитарно-эпидемиологическое благополучие населения в нашей стране.

Помните - Ваше здоровье в Ваших руках!