

## ПАМЯТКА ПУТЕШЕСТВЕННИКАМ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЛИХОРАДКИ ЗИКА



По данным ВОЗ продолжается расширение ареала распространения лихорадки Зика.

В настоящее время вирус Зика распространен в регионах Центральной и Южной Америки (Мексика, Боливия, Бразилия, Колумбия, Гватемала, Доминиканская Республика, Эквадор, Сальвадор и ряд других), островов Карибского бассейна, Африки (Сенегал, Уганда, Нигерия, Габон, Танзания, Египет, ЦАР, Сьерра-Леоне и др.), Центральной, Южной (Мальдивы) и Юго-Восточной Азии (Камбоджа, Индия, Индонезия, Пакистан, Филиппины, Сингапур, Таиланд), островах Тихоокеанского региона.

Вирус Зика передается людям при укусах зараженных комаров рода *Aedes*, в основном вида *Aedes aegypti*, обитающих в тропических регионах. Эти же комары являются переносчиками лихорадки денге,

чикунгунья и желтой лихорадки. Насекомые чаще активны и агрессивны в дневное время.

Теплый влажный климат способствует длительному выживанию и активному выплуду насекомых. Путешественники могут неумышленно перевозить комаров с одного места в другое (например, в багажнике машины или на растениях).

Основными местами размножения комаров являются созданные человеком емкости (глиняные сосуды, металлические бочки и цистерны, используемые для хранения домашних запасов воды, а также выброшенные пластиковые контейнеры для пищевых продуктов, старые автомобильные шины и другие предметы), в которых накапливается дождевая вода, а также естественные резервуары.

Как правило, вирус Зика вызывает легкое заболевание с симптомами, появляющимися через несколько дней после укуса зараженным комаром. Болезнь, вызванная вирусом Зика, сопровождается повышением температуры (от 37,5°C до 38,5°C) и сыпью. У других людей могут развиваться конъюнктивит, боли в мышцах и суставах и усталость. Через 2-7 дней симптомы обычно проходят.



**УЧИТЫВАЯ, ЧТО ВИРУС ЗИКА ОСТАЕТСЯ МАЛО ИЗУЧЕННЫМ, МЕДИКИ ИССЛЕДУЮТ ПОТЕНЦИАЛЬНУЮ СВЯЗЬ МЕЖДУ ВИРУСОМ ЗИКА У БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН И МИКРОЦЕФАЛИЕЙ У ИХ ДЕТЕЙ.**

При планировании отдыха в странах тропического и субтропического климата важно заблаговременно уточнять в территориальных органах Роспотребнадзора и у туроператоров сведения об эпидемиологической ситуации в стране планируемого пребывания, выбирать для отдыха за рубежом страны, благополучные в

эпидемиологическом отношении.

В случае необходимости нахождения в странах данных регионов, необходимо соблюдать меры предосторожности, чтобы не допустить заражения и последующего развития заболевания.

В настоящее время специфического лечения и вакцины не существует.

**Наиболее эффективный способ профилактики — защита от укусов комаров.**

Для этого необходимо использовать репелленты; носить одежду (преимущественно светлую), максимально закрывающую тело, использовать физические барьеры, такие как сетки, закрытые двери и окна; спать под москитными сетками; использовать кондиционер в помещениях при возможности.

В целях уничтожения возможных мест размножения комаров емкости, в которых может скапливаться даже небольшое количество воды (ведра, цветочные горшки), следует мыть и закрывать.

**Особую осмотрительность** для защиты от укусов комаров должны проявлять беременные женщины и женщины, планирующие беременность. При малейших признаках болезни, необходимо обратиться к врачу, чтобы находиться под тщательным контролем во время беременности.

Необходимо уделять особое внимание и оказывать помощь тем, кто не в состоянии обеспечить себе надлежащую защиту, в частности, детям, больным и пожилым людям.

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ОДНОГО ИЛИ НЕСКОЛЬКИХ СИМПТОМОВ ЗАБОЛЕВАНИЯ (ЖАР, СЫПЬ, КОНЬЮНКТИВИТ, БОЛИ В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ, УСТАЛОСТЬ) В ТЕЧЕНИЕ 2-3 НЕДЕЛЬ ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ ИЗ СТРАН, ЭНДЕМИЧНЫХ ПО ВИРУСУ ЗИКА, НЕОБХОДИМО НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ.**