

Περιεχόμενα

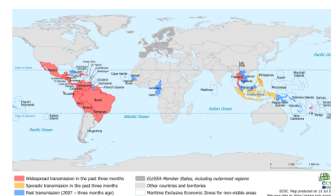
1. Πυρετός από τον ιό Ζίκα
2. Κίτρινος Πυρετός
3. Αιμορραγικός πυρετός Ebola
4. Mers—κοροναϊός
5. Πυρετός Lassa
6. Πυρετός Chikungunya
7. Δάγκειος πυρετός
8. Χολέρα
9. Πολιομυελίτιδα
10. Γρίπη Α(H7N9)
11. Οδηγίες για τους Ολυμπιακούς αγώνες Ρίο 2016

Πυρετός από τον ιό Ζίκα

Το 2014 αναφέρθηκαν κρούσματα από τον ιό Ζίκα στην Αφρική, στη Νοτιοανατολική Ασία και στα νησιά του Ειρηνικού Ωκεανού. Από τον Μάιο του 2015 είναι επιδημία στις κάτωθι περιοχές:

- Βραζιλία
- Γαλλική Γουιάνα
- Γουαδελούπη
- Γουατεμάλα
- Γουινέα Μπισσάου
- Γρενάδα
- Δομινικανή Δημοκρατία
- Εκουαδόρ
- Ελ Σαλβαδόρ
- Ινδονησία
- Κολομβία
- Κοσράε (Μικρονησία)
- Κόστα Ρίκα
- Κουρασάο
- Μαρτινίκα
- Μεξικό
- Μπαρμπάντος
- Μπελιζ
- Μποναίρ
- Νικαράγουα
- Ντομίνικα
- Ονδούρα
- Παναμά
- Παραγουάη
- Περού
- Πουέρτο Ρίκο
- Σαμόα
- Σουρινάμ

- Ταϊλάνδη
- Τζαμάικα
- Τόνγκα
- Τρινιντάντ και Τομπάγκο
- Φιλιππίνες
- Φίτζι



Περιοχές όπου αναφέρθηκαν επιβεβαιωμένα αυτόχθονα κρούσματα από τον ιό Ζίκα , έως τις 15 Ιουλίου 2016.

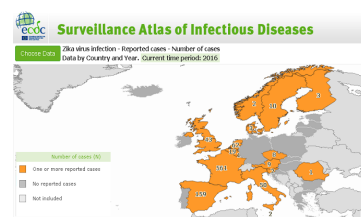
Στο: http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/zika_virus_infection/zika-outbreak/Pages/Zika-countries-with-transmission.aspx

Πατήστε στις εικόνες για μεγέθυν-

Έως τις 18 Ιουλίου 2016 επιβεβαιώθηκαν στις κάτωθι περιοχές

- Αυστρία (Ν. 9)
- Βέλγιο (Ν. 19)
- Γαλλία (Ν. 561)
- Δανία (Ν. 3)
- Ην. Βασίλειο (Ν.43)
- Ισπανία (Ν.159)
- Ιταλία (Ν.50)
- Λουξεμβούργο (Ν.1)
- Μάλτα (Ν. 2)
- Νορβηγία (Ν. 2)
- Ολλανδία (Ν. 62)
- Ρουμανία (Ν. 1)
- Σλοβενία (Ν. 2)
- Σουηδία (Ν. 10)
- Τσεχία (Ν. 8)
- Φιλανδία (Ν. 3)

εισαγόμενα κρούσματα



Περιοχές όπου αναφέρθηκαν εισαγόμενα κρούσματα από τον ιό Ζίκα , έως τις 18 Μαΐου 2016. CDC. Πατήστε στην εικόνα για μεγέθυνση



Γραφείο Ταξιδιωτικής Ιατρικής

Στους ταξιδιώτες που επιστρέφουν από περιοχές ενδημικές σε κουνούπια Aedes
Συνίσταται η χρήση εντομοαπωθητικών για τρεις εβδομάδες



Ιός Ζίκα μεταδίδεται στους ανθρώπους κυρίως από το τσίμπημα ενός μολυσμένου κουνουπιού (*Aedes Aegypti* και *Ae. Albopictus*) Τα *Aedes* είναι καλά προσαρμοσμένα στις αστικές περιοχές και δρουν και κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Πυρετός από τον ιό Zika

Ο ιός Zika μοιάζει με τον ιό που προκαλεί το Δάγκειο πυρετό, και μεταδίδεται, όπως και ο δάγκειος, με δήγμα μολυσμένου κουνουπιού. Τα συμπτώματα της νόσου περιλαμβάνουν πυρετό, πονοκέφαλο, εξάνθημα, επιπεφυκίτιδα, μυαλγίες και αρθραλγίες. Ο χρόνος επώασης της νόσου κυμαίνεται από 2 ως 7 ημέρες. Η νόσος είναι συνήθως ήπια και διαρκεί 4-7 ημέρες.

Η λοίμωξη κατά τη διάρκεια της κύησης συσχετίζεται με περιστατικά μικροκεφαλίας σε έμβρυα .

Οδηγίες

Δεν υπάρχει εμβόλιο ή φαρμακευτική αγωγή για την προφύλαξη από τη νόσο.

Ιδιαίτερως, όσον αφορά άτομα με σοβαρές χρόνιες νόσους ή ανοσοκαταστολή, εγκύους, νήπια και ηλικιωμένους, συνιστάται συνεκτίμηση του κινδύνου νόσησης και των συνιστώμενων μέτρων προφύλαξης πριν το ταξίδι σε ενδημικές περιοχές.

Συγκεκριμένα, στις εγκύους και στις περ

νης εγκυμοσύνης συστήνεται ακύρωση του ταξιδιού σε περιοχές όπου αναφέρονται κρούσματα από



τον ιό Zika, ή σε περίπτωση που το ταξίδι δεν είναι εφικτό να αναβληθεί συστήνονται αυξημένα μέτρα προστασίας κατά των



δηγμάτων από κουνούπια.

Πρόσφατα, επιβεβαιώθηκε ότι ο ιός Zika μπορεί να μεταδοθεί με το σπέρμα και υπάρχουν ενδείξεις ότι μπορεί να παραμείνει στο σπέρμα για μερικές εβδομάδες μετά την ανάρρωση του άνδρα που νόσησε με λοίμωξη από τον ιό Zika. Για αυτό εάν ο σύντροφος της εγκύου

ταξιδεύει σε ενδημική περιοχή, υπάρχει πιθανότητα σεξουαλικής μετάδοσης του ιού μετά την επιστροφή του συντρόφου.

Επειδή οι περισσότερες λοιμώξεις από τον ιό Zika είναι ασυμπτωματικές, συνιστάται στους άνδρες και στις γυναίκες ταξιδιώτες να απέχουν από τις σεξουαλικές επαφές ή να εφαρμόζουν ασφαλείς σεξουαλικές πρακτικές για τουλάχιστον 8 εβδομάδες μετά την επιστροφή τους αν είναι ασυμπτωματικοί, και για 6 μήνες αν αναπτύξουν συμπτώματα

Μετά την επιστροφή από περιοχή με τρέχουσα τοπική μετάδοση του ιού Zika:

Οι ταξιδιώτες συνιστάται να παρακολουθήσουν την υγεία τους για 21 ημέρες. Αν κατά τη διάρκεια αυτών των ημερών παρουσιάσουν πυρετό, πονοκέφαλο, εξάνθημα, επιπεφυκίτιδα, μυαλγίες και αρθραλγίες, χρειάζεται να αναζητήσουν άμεσα ιατρική βοήθεια και να ενημερώσουν τον ιατρό για το ταξιδιωτικό τους ιστορικό.

Οι έγκυες συνιστάται να αναφέρουν το ταξί-

Πυρετός από τον ιό Zika

δι στον ιατρό τους ώστε να εκτιμηθούν και να παρακολουθηθούν κατάλληλα.

Όλοι οι ασθενείς (άνδρες και γυναίκες) με λοίμωξη από τον ιό Zika και οι σεξουαλικοί σύντροφοι (ιδιαίτερα οι έγκυες γυναίκες) θα πρέπει να ενημερώνονται για την πιθανότητα μετάδοσης του ιού μέσω σεξουαλικής επαφής, για τις ασφαλείς σεξουαλικές πρακτικές και τις μεθόδους αντισύλληψης.

δους αντισύλληψης.

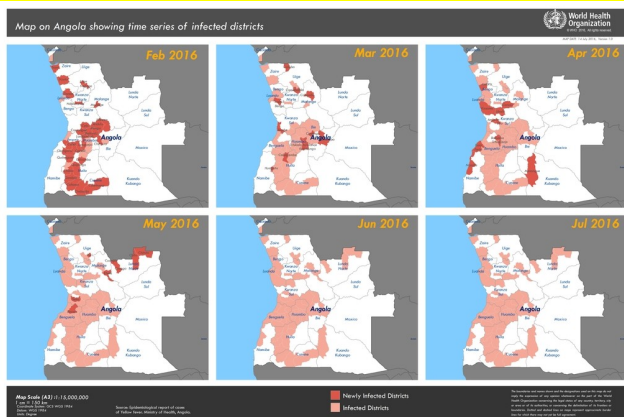
Οι άνδρες ταξιδιώτες που η σύντροφός τους είναι έγκυος συνιστάται να απέχουν από τις σεξουαλικές επαφές ή να εφαρμόζουν ασφαλείς σεξουαλικές πρακτικές σε όλη τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.

Οι οδηγίες για τον ιό Zika ενδέχεται να τροποποιηθούν σύμφωνα με τα νεότερα δεδομένα.

Ο ταξιδιώτης συνιστάται:

1. Να φορά φαρδιά ελαφρά ρούχα με μακριά μανίκια, μακριά παντελόνια, ψηλές κάλτσες, και, επιπλέον, σε εξωτερικούς χώρους, κλειστά παπούτσια και καπέλο.
2. Να χρησιμοποιεί στο ακάλυπτο δέρμα εντομοαπωθητικά σκευάσματα που περιέχουν δραστικές ουσίες εγκεκριμένες στην Ευρώπη όπως DEET (N-diethyl-m-toluamide) κ.α.
3. Να χρησιμοποιεί εντομοκτόνα σκευάσματα (σπρέι, φιδάκια, ταμπλέτες) στους χώρους που πρόκειται να καταλύσει ακολουθώντας πάντα τις οδηγίες χρήσης τους.
4. Να χρησιμοποιεί κουνουπιέρα κατά τις ώρες του ύπνου.

Κίτρινος πυρετός



Κρούσματα κίτρινου πυρετού στην Ανγκόλα, - <http://www.who.int/emergencies/yellow-fever/situation-reports>

Από τις 5 Δεκεμβρίου 2015 είναι σε εξέλιξη επιδημία κίτρινου πυρετού στην Ανγκόλα και στη Λαϊκή Δημοκρατία του Κονγκό

Έως τις 8 Ιουλίου 2016, αναφέρθηκαν συνολικά στην Αν-

γκόλα 3625 ύποπτα κρούσματα (876 εργαστηριακά επιβεβαιωμένα) σε 16 από τις 18 περιφέρειες της χώρας, συμπεριλαμβανομένων 355 θανάτων.

Έως τις 11 Ιουλίου 2016, αναφέρθηκαν συνολικά στην Λαϊ-

κή δημοκρατία του Κονγκό 1798 ύποπτα κρούσματα (68 εργαστηριακά επιβεβαιωμένα), συμπεριλαμβανομένων 85 θανάτων.

Εισαγόμενα κρούσματα από την Ανγκόλα έχουν αναφερθεί στην Κένυα (δύο) και στην Λαϊκή Δημοκρατία της Κίνας (11 περιπτώσεις).

Επίσης έχουν εμφανιστεί σποραδικές περιπτώσεις που δεν συνδέονται με το ξέσπασμα της Ανγκόλας σε επτά χώρες (Βραζιλία, Τσαντ, Κολομβία, Γκάνα, Γουινέα, Περού και Ουγκάντα).

Οδηγίες

Οι ταξιδιώτες συνιστάται να είναι ενημερωμένοι ότι η νόσος μεταδίδεται μέσω δηγματος μολυσμένου κουνουπιού και να λαμβάνουν τα απαραίτητα μέτρα για την προστασία από τα έντομα.

Το εμβόλιο του κίτρινου πυρετού απαιτείται από όλους τους ταξιδιώτες ≥9 μηνών που θα επισκεφθούν την Ανγκόλα.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια.

Αιμορραγικός πυρετός Ebola

Έως τις 9 Ιουνίου 2016 αναφέρθηκαν συνολικά πιθανά και ύποπτα κρούσματα 28616 (15227 επιβεβαιωμένα) και 11310 θάνατοι από τον αιμορραγικό πυρετό Ebola, στις χώρες : Γουινέα, Λιβερία, Σιέρα Λεόνε, ΚΑΙ Ηνωμένο Βασίλειο (Γλασκώβη, Σκωτία), Μάλι, ΗΠΑ, Ισπανία, Νιγηρία, Σενεγάλη, όπου επιβεβαιώθηκε αρχικό κρούσμα ή τοπική μετάδοση.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) δήλωσε το τέλος της πρόσφατης επιδημίας του Έμπολα στη Λιβερία. Αυτή η ανακοίνωση έρχεται 42 ημέρες (δύο κύκλοι των 21 ημερών επώασης του ιού) μετά την τελευταία επιβεβαιωμένη νόσηση ασθενή στη Λιβερία. Τώρα ή Λιβερία εισέρχεται τώρα σε μια περίοδο 90 ημερών αυξημέ-

νης επιτήρησης.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια, εκτός αν πρόκειται για επιβεβαιωμένο ή ύποπτο κρούσμα ή επαφή κρούσματος (στις επαφές δεν περιλαμβάνονται οι επαγγελματίες υγείας και το προσωπικό του εργαστηρίου που έλαβε τα κατάλληλα μέτρα προστασίας).



Ο κίνδυνος για τους ταξιδιώτες είναι χαμηλός. Ωστόσο, οι ταξιδιώτες που επισκέπτονται περιοχές στη Δυτική Αφρική συνιστάται να ενημερωθούν για τον αιμορραγικό πυρετό Ebola. Δεν υπάρχει εμβόλιο ή φαρμακευτική αγωγή για την προφύλαξη από τη νόσο. Η περίοδος επώασης διαρκεί από 2 έως 21 ημέρες και ακολουθείται από απότομη εμφάνιση υψηλού πυρετού, μυαλγίας, διάρροιας, κεφαλαλγίας, κόπωσης και κοιλιακού άλγους. Μπορεί επίσης να υπάρχει εξάνθημα, πονόλαιμος και επιπεφυκίτιδα. Ο ασθενής καθίσταται μολυσματικός μόλις εκδηλωθεί ο πυρετός. Η μετάδοση από άτομο σε άτομο μπορεί να γίνει με την άμεση επαφή εκδοράς του δέρματος ή βλεννογόνου με το αίμα, τις εκκρίσεις, τα όργανα ή άλλα σωματικά υγρά του μολυσμένου ατόμου, και με την έμμεση επαφή με το περιβάλλον ή τα αντικείμενα που μολύνθηκαν από αυτά τα υγρά. Ο ιός μεταδίδεται μέσω επαφής με ζωντανά ή νεκρά μολυσμένα άγρια ζώα (όπως χιμπατζήδες, μαϊμούδες, γορίλλες, νυχτερίδες, κα). Η νόσος μπορεί να μεταδοθεί από τους άνδρες μέσω της σεξουαλικής επαφής χωρίς προφυλάξεις έως και 7 εβδομάδες μετά την ανάρρωση.

Συστήνεται

- Η αποφυγή της άμεσης επαφής με άτομα που νοσούν ή απεβίωσαν από τον αιμορραγικό πυρετό Ebola.
- Η αποφυγή της άμεσης επαφής με αίμα, ιστούς και σωματικά υγρά ασθενών ή νεκρών.
- Η αποφυγή της άμεσης επαφής με το περιβάλλον ή τα αντικείμενα που έχουν χρησιμοποιηθεί από ασθενείς ή μολύνθηκαν με τα υγρά ασθενών, ακόμα και μετά το θάνατό τους.
- Η αποφυγή της άμεσης επαφής με ζωντανά ή νεκρά άγρια ζώα, ή με

το ωμό ή ατελώς ψημένο κρέας τους.

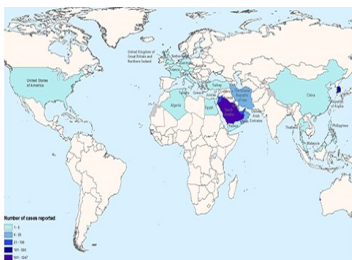
- Η σχολαστική τήρηση των μέτρων υγιεινής, όπως προσεκτικό και συχνό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι ή καθαρισμός με αλκοολούχο διάλυμα, ιδιαίτερα πριν την επαφή των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα, μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα ή την επαφή με αντικείμενα που ενδέχεται να έχουν μολυνθεί.
- Στην περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τη διάρκεια

του ταξιδιού ή αμέσως μετά την επιστροφή, από χώρα όπου αναφέρονται κρούσματα αιμορραγικού πυρετού Ebola, πρέπει να αναζητηθεί άμεσα ιατρική βοήθεια, αφού προηγουμένως ενημερωθεί ο ιατρός για τα συμπτώματα και το ταξίδι.

MERS-κοροναϊός



Αποφυγή της επαφής με παραγωγικά, κατοικίδια και άγρια ζώα (όπως οι καμήλες).



Περιοχές όπου αναφέρθηκαν επιβεβαιωμένα κρούσματα από τον - κοροναϊό MERS
15 Ιουλίου 2016. WHO [Πατήστε στην εικόνα για μεγέθυνση](#)

Από τον Σεπτέμβριο 2012 έως τις 30 Ιουνίου 2016, αναφέρθηκαν 1782 εργαστηριακά επιβεβαιωμένα κρούσματα με λοίμωξη από MERS-CoV, συμπεριλαμβανομένων 634 θανάτων, στις χώρες: Σαουδική Αραβία, Ηνωμένα Αραβικά Εμιράτα, Κατάρ, Ιορδανία, Ομάν, Κουβέιτ, Αίγυπτος, Υεμένη, Λίβανος, Ιράν, Τουρκία, Αυστρία, Ηνωμένο Βασίλειο, Γερμανία, Γαλλία, Ιταλία, Ελλάδα, Ολλανδία, Τυνησία, Αλγερία, Μαλαισία, Φιλιππίνες, Νότια Κορέα, Κίνα, και ΗΠΑ. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν συστάσεις για έλεγχο στις πύλες εισόδου ή περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια.

Οδηγίες

Ο κίνδυνος για τον ταξιδιώτη θεωρείται χαμηλός. Οι κοροναϊοί είναι μία ομάδα ιών που συνήθως προκαλούν αναπνευστικές λοιμώξεις με ποικίλη σοβαρότητα στον άνθρωπο και στα ζώα. Εκτιμάται ότι περίπου το ένα τρίτο των λοιμώξεων ανώτερου αναπνευστικού στον άνθρωπο μπορεί να προκαλείται από κο-

ροναϊούς. Ο ακριβής τρόπος μετάδοσης δεν είναι ακόμα γνωστός. Υπάρχουν πάντως σαφείς ενδείξεις περιορισμένης μετάδοσης από άνθρωπο σε άνθρωπο.

Τα μέτρα προφύλαξης περιλαμβάνουν την τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής, συστήνεται:

- συχνό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι, οπωσδήποτε πριν το φαγητό ή το κάπνισμα. Αν δεν υπάρχει άμεσα διαθέσιμο νερό και σαπούνι και τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί κάποιο αλκοολούχο διάλυμα.

- κάλυψη του στόματος και της μύτης με χαρτομάντιλο κατά τη διάρκεια του βήχα και του φτερνίσματος.

- αποφυγή επαφής με ασθενείς που έχουν συμπτώματα λοίμωξης του αναπνευστικού.

- αποφυγή της επαφής με παραγωγικά, κατοικίδια και άγρια ζώα (όπως οι καμήλες).

- αν κατά τη διάρκεια του ταξιδιού παρουσιαστεί πυρετός, δυσκολία στην αναπνοή, βήχας ή άλλα συμπτώματα από το αναπνευστικό, πρέπει να αναζητηθεί άμεσα ιατρική βοήθεια. Συνιστάται η αναβολή της επιστροφής μέχρι την πλήρη αποδρομή των συμπτωμάτων.

Μετά την επιστροφή:

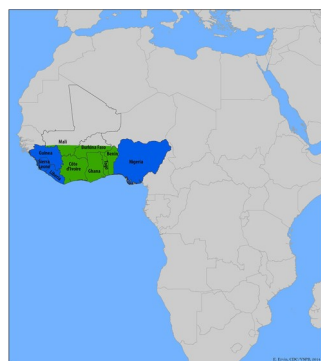
Συνιστάται η παρακολούθηση της υγείας του ταξιδιώτη για 14 ημέρες.

Αν κατά τη διάρκεια αυτών των 14 ημερών παρουσιαστεί πυρετός και βήχας ή δυσκολία στην αναπνοή ή άλλα συμπτώματα από το αναπνευστικό, πρέπει να αναζητηθεί ιατρική βοήθεια άμεσα και να ενημερωθεί ο ιατρός για το πρόσφατο ταξίδι, ή να γίνει επικοινωνία με το ΚΕΕΛΠΝΟ.



Οι ταξιδιώτες συνιστάται να είναι ενημερωμένοι ότι η νόσος μεταδίδεται στον άνθρωπο με την έκθεση σε μολυσμένα τροφικά μέσω επαφής με τις εκκρίσεις τους, εισπνοής μολυσμένης σκόνης ή κατανάλωσης μολυσμένης τροφής και από άνθρωπο σε άνθρωπο με την άμεση επαφή με το αίμα, τις εκκρίσεις, τους ιστούς ή άλλα σωματικά υγρά του μολυσμένου ατόμου.

Πυρετός Lassa



LASSA FEVER DISTRIBUTION MAP
 Countries reporting cases during the outbreak of Lassa fever
 Countries reporting few cases, possible isolation of virus, or sporadic evidence of Lassa fever infection
 Lassa fever data unknown

Επιδημία πυρετού Lassa είναι σε εξέλιξη στο Μπενίν. Από τις 21 Ιανουαρίου έως τις 16 Φεβρουαρίου 2016 αναφέρθηκαν 71 κρούσματα (6 επιβεβαιωμένα, 10 πιθανά, 55 ύποπτα) σε επτά περιφέρειες της χώρας: Borgou (52), Collines (13), Ουέμέ (2), Alibori (1), Atlantique (1), Kouffo (1) και Littoral (1). Την ίδια χρονική περίοδο αναφέρθηκαν 23 θάνατοι (3 επιβεβαιωμένοι, 1 πιθανός, 3 ύποπτοι) στις περιφέρειες Borgou (16), Collines (4), Atlantique (1), Ουέμέ (1) και Plateau. Επιπλέον, επτά από τα αναφερόμενα κρούσματα (3 επιβεβαιωμένα, 1 πιθανό, 3 ύποπτα), συμπεριλαμβανομένων 2 θανάτων (1 επιβεβαιωμένος και 1 πιθανός) αφορούν σε επαγγελματίες υγείας.

Επιδημία πυρετού Lassa είναι σε εξέλιξη στη Νιγηρία. Από τον Αύγουστο 2015 έως τις 23 Ιανουαρίου 2016 αναφέρθηκαν σε 19 περιφέρειες 159 ύποπτα κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 82 θανάτων. Ο μεγαλύτερος αριθμός κρουσμάτων και θανάτων (54% των επιβεβαιωμένων κρουσμάτων και 52% των θανάτων) αναφέρθηκαν στις περιφέρειες Bauchi, Edo, Oyo και Taraba. Την ίδια χρονική περίοδο επιβεβαιώθηκαν εργαστηριακά 4 κρούσματα σε επαγγελματίες υγείας, συμπεριλαμβανομένων 2 θανάτων.

Την 1^η Απριλίου 2016 επιβεβαιώθηκε εργαστηριακά ένα εισαγόμενο κρούσμα πυρετού Lassa, με ιστορικό ταξιδιού στη Λιβερία, στη Σουηδία.

Μεμονωμένα κρούσματα Πυρετού Lassa αναφέρθηκαν σε επαγγελματίες υγείας στο Τόγκο.

Οδηγίες

Ο πυρετός Lassa ενδημεί σε χώρες της Δυτικής Αφρικής όπως η Γουινέα, η Λιβερία, το Μπενίν, η

Νιγηρία και η Σιέρρα Λεόνε. Δεν υπάρχει εμβόλιο για την προφύλαξη από τη νόσο. Ο κίνδυνος για τον ταξιδιώτη θεωρείται χαμηλός, ενώ αυξάνεται για τους ταξιδιώτες που επισκέπτονται συγγενείς και φίλους, και θα διαμενούν σε υγειονομικές συνθήκες χαμηλού επιπέδου.

Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια.

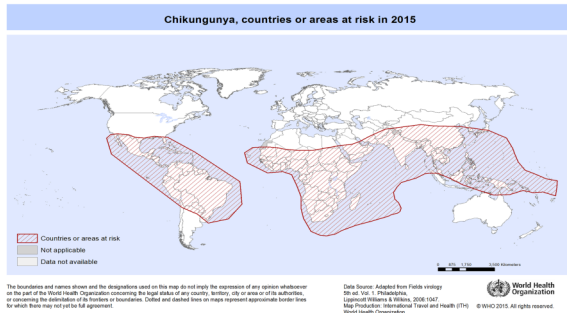
Πυρετός Chikungunya

Από τον Ιανουάριο έως τις 15 Ιουλίου 2016, αναφέρθηκαν περισσότερα από 101,228 πιθανά και 34,349 επιβεβαιωμένα κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 17 θανάτων στη Βραζιλία. Και 9 θανάτων στην Κολομβία.

Έχει παρουσία κυρίως στις περιοχές:

Βόρεια, Κεντρική και Νότια Αμερική

Αργεντινή, Βολιβία, Βραζιλία, Κολομβία, Κόστα Ρίκα, Εκουαδór, Γουατεμάλα, Νικαράγουα, Μεξικό Βενεζουέλα.



Χώρες που βρίσκονται σε κίνδυνο, 2015.
ΠΟΥ

Οδηγίες για Δάγκειο πυρετό και Chikungunya

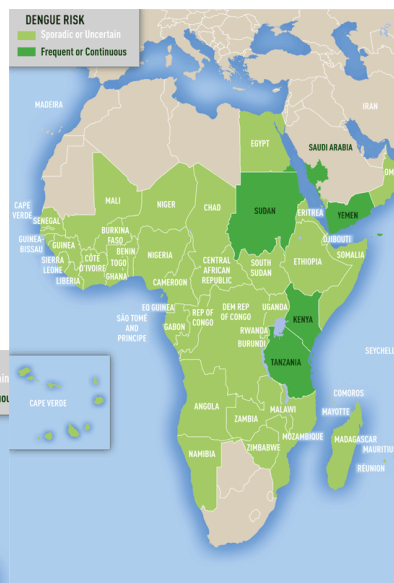
Οι ταξιδιώτες συνιστάται να είναι ενημερωμένοι ότι η νόσος μεταδίδεται μέσω νύγματος μολυσμένου κουνουπιού και να λαμβάνουν τα απαραίτητα μέτρα για την προστασία από τα έντομα. Δεν υπάρχει εμβόλιο για την προφύλαξη από τη νόσο. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια.

Δάγκειος πυρετός

Από τον Ιανουάριο έως την 15^η Ιουλίου 2016, αναφέρθηκαν 1,722,248 πιθανά και 320,062 επιβεβαιωμένα κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 610 θανάτων, στις περιοχές:

Βόρεια, Κεντρική και Νότια Αμερική

Μεξικό, Νικαράγουα, Ονδούρα, Κολομβία, Εκουαδór, Περού Βενεζουέλα, Αργεντινή, Βραζιλία, Παραγουάη.



Επιδημιολογική κατανομή Δάγκειου πυρετού. CDC

Οδηγίες

Οι ταξιδιώτες χρειάζεται να είναι ενημερωμένοι για την τρέχουσα κατάσταση και να γνωρίζουν τα γενικά προληπτικά μέτρα κατά την κατανάλωση φαγητού και ποτών.

Αν πρόκειται να μεταβούν σε περιοχές με επιδημία συνιστάται να εμβολιάζονται.

Επιδημία χολέρας είναι σε εξέλιξη στην Κένυα. Έως τις 21 Μαρτίου 2016 ανακοινώθηκαν 13299 κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 216 θανάτων, σε 12 περιφέρειες (Wajir, Marsabit, Tharaka Nithi, Tana River, Meru, Busia, Nandi, Garissa, Nakuru, Siaya, Migori, Nai-

robi) της χώρας. Έως τις 9 Μαρτίου 2016 ανακοινώθηκαν 68 ύποπτα κρούσματα χολέρας στη Δομινικανή Δημοκρατία και 7040 ύποπτα κρούσματα στην Αιτή, συμπεριλαμβανομένων 88 θανάτων. Κατά τη διάρκεια του 2015 αναφέρθηκαν συνολικά 36045



κρούσματα χολέρας στην Αιτή, 544 κρούσματα στη Δομινικανή Δημοκρατία και 65 κρούσματα στην Κούβα.

Πολιομελίτιδα

Ιδιαίτερα σημαντική είναι η πλήρης εμβολιαστική κάλυψη των ναυτικών κατά της πολιομελίτιδας με αναμνηστική δόση, η οποία πρέπει να είναι καταγεγραμμένη στο Διεθνές Πιστοποιητικό Εμβολιασμού

Για το 2016, έχουν δηλώσει νέα κρούσματα πολιομελίτιδας από το φυσικό στέλεχος του ιού πολιομελίτιδας (Wild Polio Virus 1, WPV1) μόνο στο Αφγανιστάν (6 κρούσματα) και στο Πακιστάν (13 κρούσματα) ως τις 12/7/2016.

Οι δύο αυτές χώρες εξακολουθούν να θεωρούνται ενδημικές για την πολιομελίτιδα από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (WHO). Δεν έχουν αναφερθεί νέα κρούσματα κατά τη διάρκεια των τελευταίων εβδομάδων.

Η πολιομελίτιδα εξακολουθεί να είναι ενδημική στο Αφγανιστάν, στη Νιγηρία και στο Πακιστάν. Επίσης, το 2015 αναφέρθηκαν 23 επιβεβαιωμένα κρούσματα κυκλοφορίας ιού πολιομελίτι-

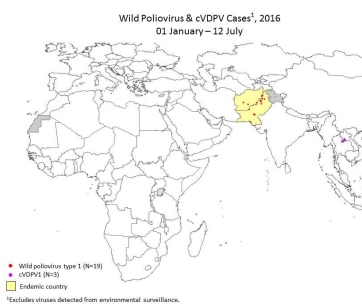
δας που προήλθαν από εμβόλιο (VDPV1) στη Λαϊκή Δημοκρατία του Λάος (5), στη Μιανμάρ (2), στη Μαδαγασκάρη (10), στο Πακιστάν (2), στην Ουκρανία (2), στη Νιγηρία (1) και στη Γουινέα (1).

Οδηγίες

•Οι ταξιδιώτες με προορισμό ενδημικές χώρες και περιοχές που αναφέρουν κρούσματα ή κυκλοφορία του ιού της πολιομελίτιδας συνιστάται να είναι εμβολιασμένοι. Αν πρόκειται για ενήλικες που έχουν εμβολιαστεί σύμφωνα με το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών, συνιστάται η χορήγηση μίας εφάπαξ αναμνηστικής δόσης του ενέσιμου εμβολίου IPV.

Αν δεν έχουν εμβολιαστεί, συνιστάται να γίνουν 3 δόσεις εμβολίου IPV.

•Οι ταξιδιώτες που διαμένουν μόνιμα ή ≥ 4 εβδομάδες σε χώρες ή περιοχές με ενεργή μετάδοση της πολιομελίτιδας συνιστάται να λαμβάνουν μία εφάπαξ αναμνηστική δόση OPV ή IPV 1-12 μήνες πριν από την αναχώρηση, η οποία χρειάζεται να καταγράφεται στο Διεθνές Πιστοποιητικό Εμβολιασμού.



Περιοχές όπου αναφέρθηκαν κρούσματα πολιομελίτιδας 12 Ιουλίου 2016. Polio GEI
Πατήστε στην εικόνα για μεγέθυνση

Γρίπη Α(H7N9)

Τον Μάρτιο του 2013 οι Υγειονομικές Αρχές της Κίνας επιβεβαίωσαν τα πρώτα κρούσματα από το νέο στέλεχος ιού γρίπης Α(H7N9) των πτηνών. Έως τις 16 Μαΐου 2016, επιβεβαιώθηκαν εργαστηριακά 752 κρούσματα, συμπεριλαμβανομένων 294 θανάτων, στις περιοχές: Anhui, Fujian, Guangdong, Shandong, Zhejiang, Jiangsu, Shanghai, Hunan, Hong Kong, Xinjiang Uygur Zizhiqu, Jiangxi, Beijing, Guangxi, Henan, Taiwan, Jilin, Guizhou, Hebei, ένα εισαγόμενο κρούσμα στη Μαλαισία και ένα εισαγόμενο στον Καναδά. Έως σήμερα δεν υπάρχουν ενδείξεις για μετάδοση από άτομο σε άτομο. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ δεν υπάρχουν συστάσεις για έλεγχο στις πύλες εισόδου ή περιορισμοί σε σχέση με το εμπόριο ή τα ταξίδια στην Κίνα.

Οδηγίες

Τα μέτρα προφύλαξης περιλαμβάνουν την τήρηση των βασικών κανόνων υγιεινής και την αποφυγή της άμεσης επαφής με πουλερικά. Ειδικότερα, συστή-

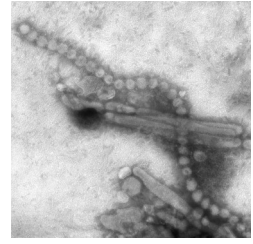
νεται:

- συχνό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι, οπωσδήποτε πριν το φαγητό ή το κάπνισμα. Αν δεν υπάρχει άμεσα διαθέσιμο νερό και σαπούνι και τα χέρια δεν είναι ορατά λερωμένα, εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί κάποιο αλκοολούχο διάλυμα καθαρισμού των χεριών.
- κάλυψη του στόματος και της μύτης με χαρτομάντιλο κατά τη διάρκεια του βήχα και του φτερνίσματος.
- αποφυγή της επίσκεψης σε υπαίθριες αγορές ζώων και πτηνών ή σε πτηνοτροφεία.
- αποφυγή της επαφής με ζωντανά ή νεκρά πουλερικά, καθώς και με άγρια πτηνά.
- αποφυγή της επαφής με επιφάνειες μολυσμένες από κόπρανα ή εκκρίματα πτηνών.
- αποφυγή κατανάλωσης ανεπαρκώς μαγειρευμένου ή ωμού φαγητού, που περιέχει κρέας πουλερικού ή αυγό. Ο ιός της γρίπης καταστρέφεται σε υψηλές θερμοκρασίες.

- αν κατά τη διάρκεια του ταξιδιού παρουσιαστεί πυρετός, δυσκολία στην αναπνοή, βήχας ή άλλα συμπτώματα από το αναπνευστικό, πρέπει να αναζητηθεί άμεσα ιατρική βοήθεια. Συνιστάται η αναβολή της επιστροφής μέχρι την πλήρη αποδρομή των συμπτωμάτων.

Επιστρέφοντας από περιοχή, όπου έχουν εμφανιστεί κρούσματα γρίπης Α (H7N9):

- συνιστάται η παρακολούθηση της υγείας του ταξιδιώτη για 10 ημέρες.
- αν κατά τη διάρκεια αυτών των 10 ημερών παρουσιαστεί πυρετός και βήχας ή δυσκολία στην αναπνοή ή άλλα συμπτώματα από το αναπνευστικό, πρέπει να αναζητηθεί ιατρική βοήθεια αφού προηγουμένως ενημερωθεί ο ιατρός για 1) τα συμπτώματα 2) την πιθανή άμεση επαφή με πουλερικά και 3) το ταξίδι.



Στέλεχος ιού γρίπης Α (H7N9)

Επιδημίες συμβαίνουν σε πολλές χώρες . Παρακαλώ μοιραστείτε τις πληροφορίες του επιδημιολογικού δελτίου με εκείνους που μπορεί να τους φανεί χρήσιμο



Οδηγίες για τους επισκέπτες και τους αθλητές στους Ολυμπιακούς και Παραολυμπιακούς αγώνες στο Ρίο, Βραζιλία

Οι 31^{οι} Ολυμπιακοί Αγώνες θα διεξαχθούν στο Ρίο από 5 έως 21 Αυγούστου 2016 στις περιοχές Barra, Deodoro, Maracanã, Copacabana. Το πρόγραμμα τους περιλαμβάνει 42 αθλήματα και αναμένεται η συμμετοχή 10.500 αθλητών από 206 χώρες.

Οι Παραολυμπιακοί Αγώνες θα διεξαχθούν στο Ρίο από 7 έως 18 Σεπτεμβρίου 2016 στις περιοχές Barra, Deodoro, Maracanã, Copacabana. Το πρόγραμμά τους περιλαμβάνει 23 αθλήματα και αναμένεται η συμμετοχή 4.350 αθλητών από 176 χώρες.

Πριν το ταξίδι



Οι επισκέπτες στο Ρίο και ενδεχομένως σε άλλες περιοχές της χώρας χρειάζεται να γνωρίζουν ότι η Βραζιλία είναι η μεγαλύτερη και πολυπληθέστερη χώρα της Λατινικής Αμερικής. Καταλαμβάνει τεράστια έκταση στην ανατολική ακτή και στην ενδοχώρα της Νότιας Αμερικής με αποτέλεσμα μεγάλη ποικιλία κλιματικών συνθηκών. Στη Βραζιλία ενδημούν :

- Τροφιμογενώς και υδατογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα, όπως ηπατίτιδα Α, τυφοειδής πυρετός.
- Νοσήματα μεταδιδόμενα με δήγματα εντόμων, όπως κίτρινος πυρετός, ελονοσία, δάγκειος πυρετός.
- Αιματογενώς & σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα,

όπως ηπατίτιδα Β, HIV.

- Νοσήματα που μεταδίδονται από δραστηριότητες σε νερό λιμνών ή ποταμών, όπως σχιστοσωμίαση.
- Άλλα νοσήματα, όπως λύσσα.

Α) Εμβόλια

Συνιστάται η επίσκεψη στον ιατρό 4-6 εβδομάδες πριν την αναχώρηση, ώστε να γίνει έλεγχος των υποχρεωτικών εμβολιασμών και να χορηγηθούν αναμνηστικές δόσεις, σύμφωνα με το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών. Συγκεκριμένα, συστήνεται:

- Μία δόση MMR (ιλαρά- παρωτίτιδα- ερυθρά) σε όσους έχει χορηγηθεί μόνο μία δόση και δύο δόσεις σε όσους δεν έχουν λάβει καμία δόση. Άνοσοι θεωρούνται όσοι έχουν λάβει 2 δόσεις του εμβολίου ή έχουν ιστορικό νόσου.



- Αναμνηστική δόση του εμβολίου τετάνου-διφθερίτιδας.
- Αναμνηστική δόση εμβολίου πολιομυελίτιδας.
- Εμβόλιο ηπατίτιδας Α.
- Εμβόλιο ηπατίτιδας Β.
- Εμβόλιο τυφοειδούς πυρετού.
- Εμβόλιο κίτρινου πυρετού: Δεν απαιτείται. Δεν συνιστάται σε ταξιδιώτες που το ταξίδι τους περιορίζεται στο Ρίο ντε Τζανέιρο (Rio de Janeiro) και στις πόλεις Φορταλέζα (Fortaleza), Ρεσίφε (Recife), Σαλβαδόρ (Salvador) και Σάο Πάουλο (São Paulo) και στις περιοχές που δεν αναφέρονται παρακάτω. Συνιστάται σε όλους τους ταξιδιώτες ≥ 9 μηνών που επισκέπτονται τις περιοχές: Άκρε (Acre), Αμαπά (Amará), Αμαζόνιας (Amazonas), Ντιστρίτο Φεντεράλ (Distrito Federal), Μπραζίλια (Brasília), Γκοϊάς (Goiás), Μαρανάο (Maranhão), Μάτο Γκρόσσο (Mato Grosso), Μάτο Γκρόσσο ντε Σουλ (Mato Grosso do Sul), Μίνας Γκέραις (Minas Gerais), Παρά (Pará), Ροντόνια (Rondônia), Ροράιμα (Roraima), Τοκαντίνς (Tocantins), και ορισμένες περιοχές των πολιτειών: Μπαΐα (Bahia), Παρανά (Paraná), Πιάου (Piauí), Ρίο Γκράντε ντε Σουλ (Rio Grande do Sul), Σάντα Καταρίνα (Santa Catarina) και Σάο Πάουλο (São Paulo). Επίσης, εμβολιασμός συνιστάται στους επισκέπτες στους Καταρράκτες Ιγκουασσού (Iguassu).

Β) Προφυλακτική αγωγή για την ελονοσία

Δεν συνιστάται στην πόλη Ρίο ντε Τζανέιρο.

Συνιστάται στις πολιτείες Άκρε (Acre), Αμαπά (Amará), Αμαζόνιας (Amazonas), Μαρανάο (Maranhão), Μάτο Γκρόσσο (Mato Grosso), Παρά (Para), Ροντόνια (Rondonia), Ροράιμα (Roraima) και Τοκαντίνς (Tocantins). Επίσης, κίνδυνος υπάρχει σε αστικές περιοχές, συμπεριλαμβανομένων πόλεων όπως Μπελεμ (Belem), Μπόα

Βίστα (Boa Vista), Μακάρα (Macara), Μανάους (Manaus), Μαράμπα (Maraba), Πόρτο Βέλο (Porto Velho) και Σανταρεμ (Santarem). Σπάνια αναφέρονται κρούσματα στην πόλη Κουιάμπα (Cuiaba). Δεν υπάρχει κίνδυνος στους Καταρράκτες Ιγκουασσού (Iguassu).

Συνιστώμενα ανθελονοσιακά φάρμακα είναι η ατοβακόνη/προγουανίλη ή η μεφλοκίνη ή η δοξουκυκλίνη.

Γ) Πυρετός από τον ιό Zika

Από τον Μάιο του 2015 είναι σε εξέλιξη επιδημία από τον ιό Zika στη Βραζιλία. Επικαιροποιημένο υλικό για την τρέχουσα επιδημία ανευρίσκεται στην ιστοσελίδα του ΚΕΕΛΠΝΟ, στο πεδίο: [Πυρετός από τον ιό Zika. Οδηγίες για τους ταξιδιώτες](#). Στους ταξιδιώτες που επιστρέφουν από περιοχές ενδημικές σε κουνούπια *Aedes* συνιστάται η χρήση εντομοαπωθητικών για τρεις εβδομάδες. Στις εγκύους συστήνεται η ακύρωση του ταξιδιού. Αν είναι αδύνατο να αναβληθεί το ταξίδι της εγκύου, συνιστάται η τήρηση με μεγάλη προσοχή των οδηγιών για προστασία από τα έντομα. Εάν ο σύντροφος της εγκύου ταξιδεύει σε ενδημική περιοχή, υπάρχει πιθανότητα σεξουαλικής μετάδοσης του ιού μετά την επιστροφή του συντρόφου. Για την πρόληψη της μετάδοσης της νόσου συνιστάται να εφαρμόζονται ασφαλείς σεξουαλικές πρακτικές (χρήση προφυλακτικού) για τουλάχιστον 8 εβδομάδες μετά την επιστροφή, αν ο σύντροφος είναι ασυμπτωματικός, και για 6 μήνες μετά την επιστροφή, αν εμφανιστούν συμπτώματα.

Δ) Γενικά Προληπτικά Μέτρα

[Προστασία από τα έντομα](#)
[Προληπτικά μέτρα για την αποφυγή ατυχημάτων](#)
[Προληπτικά μέτρα κατά την κατανάλωση τροφίμων και ποτών](#)
[Διάρροια των ταξιδιωτών](#)
[Προληπτικά μέτρα για την ηλιακή ακτινοβολία](#)
[Προστασία από **σεξουαλικά** και **αιματογενώς** μεταδιδόμενα νοσήματα](#)
[Προληπτικά μέτρα έναντι των δηγμάτων από ζώα: Πληροφορίες για Ταξιδιώτες](#)
[Προληπτικά μέτρα έναντι των δηγμάτων από ζώα ύποπτα με λύσσα: Πληροφορίες για ταξιδιώτες](#)
[Οδηγίες για τους ταξιδιώτες που λαμβάνουν συνταγογραφούμενα φάρμακα](#)
[Φαρμακείο ταξιδιωτών](#)

Ε) Ασφάλεια ταξιδιού

Επίσης, απαραίτητη είναι η μέριμνα για την ασφαλιστική κάλυψη κατά τη διάρκεια του ταξιδιού. Τα στοιχεία επικοινωνίας με την Ελληνική Πρεσβεία στη Βραζιλία ανευρίσκονται στο <http://www.mfa.gr/missionsabroad/br/brazil.html>.

Στ) Εγκληματικότητα

Λόγω της υψηλής εγκληματικότητας για να είστε ασφαλής και να μη γίνετε στόχος εγκληματιών:
Σεβαστείτε τους νόμους της χώρας και τα τοπικά έθιμα.
Αποφύγετε να κυκλοφορείτε χωρίς συνοδεία, τη νύχτα και την περιήγηση σε περιοχές μη τουριστικές και απομακρυσμένες.
Μη φοράτε κοσμήματα και ακριβά ρούχα.
Να έχετε φωτοτυπία του διαβατηρίου μαζί σας, φυλάξτε το διαβατήριό στο ξενοδοχείο.
Μην κουβαλάτε μεγάλα ποσά μετρητών μαζί σας.
Να είστε προσεκτικοί κατά την κατανάλωση αλκοόλ. Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ έχει άμεσες επιβλαβείς συνέπειες όπως τραυματισμούς, πνιγμούς ή σεξουαλικά επικίνδυνες συμπεριφορές.

Μετά το ταξίδι

Εάν δεν αισθάνεστε καλά μετά την επιστροφή σας συνιστάται η επίσκεψη στον ιατρό και η επισήμανση του πρόσφατου ταξιδιού σας.

Χρήσιμες ιστοσελίδες

RIO 2016. Στο: <http://www.rio2016.com>
Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Στο: <http://wwwnc.cdc.gov/travel/notices/alert/2016-summer-olympics-rio>
Pan American Health Organization. Στο : [http://www.paho.org/hq/Foreign & Commonwealth Office \(FCO\)](http://www.paho.org/hq/Foreign%20&%20Commonwealth%20Office%20(FCO)). Στο: <https://www.gov.uk/foreign-travel-advice/brazil/>
Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (ΚΕΕΛΠΝΟ). Στο : <http://www.keelpno.gr/el-gr/ταξιδιωτικήιατρική/γενικάπροληπτικάμέτραοδηγίεςυγείας> [[Συνοπτικός Οδηγός Υγείας για Ταξιδιώτες στο Εξωτερικό](#)]



Γλωσσάριο Υγείας για τους επισκέπτες και τους αθλητές του Ολυμπιακούς

και Παραολυμπιακούς αγώνες στο Ρίο, Βραζιλία 2016

Ελληνικά	Portuguese	Προφορά
Νιώθω Άρρωστος	Eu me sinto doente.	Ε ο Με Σίντου Ντο- εν - τεε
Έχω ένα ...	Tenho...	TEN-ιοο
...Πονοκέφαλο	...dor de cabeça.	Ντορ ντέ καη- μπε- σα
...Στομαχόπονο	...dor de barriga.	Ντορ ντέ Μπα - ΧΙ - γκα
...Πυρετός.	...febre.	ΦΕ -μπρη
...Πονόλαιμο	...dor de garganta.	Ντορ ντέ γκαρ - γκάν- τα
...Πονόδοντο	...dor de dente.	Ντορ ντέ Ντέν - τε
... εξάνθημα	...rash cutâneo.	Ρας Κουτάνιο
...Ηλιακό έγκαυμα.	...queimadura de sol.	Κει- μα- δούρα ντελ σολ
...Ρινική καταρροή.	...coriza.	Κορ- ι- ζαα
Στραμπούλιξα τον αστράγαλο.	Torci meu tornozelo.	Τορ - σι μεί Τορ - νοο - ζέ - λο
Έχω μια μυϊκή θλάση	Puxei um músculo.	Ποο- σεί οομ μοο - σκοο- λοο
Έχω ζάλη	Estou tonto	Εσσοο τοντο
Έχω νύγματα από κουνούπια	Fui picado por pernilongo	Φούι Πι - κα - ντο Ποορ Περ - νι- λονγκο
Είμαι αλλεργικός σε...	Tenho alergia a...	TEN-ιοο Α-λλεργγί-α α
Πού είναι το κοντινότερο νοσοκομείο ;	Onde fica o hospital mais próximo?	Οντζε Φι - κα ο Οσ - πιταλ Μιζε Πρό - ξι - μο
Που είναι το κοντινότερο φαρμακείο?	Onde fica a farmácia mais próxima?	Οντζε Φι - κα Α Φαρ - μα - τσι Μιζε Προ - ξι - μα
Μπορώ να δώ ένα Ιατρό/ Νοσηλεύτρια;	Posso ver um médico/ enfermeiro?	Ποο-σο Βερ - Ουμ Με - ντι - κο / Εν -φερ - μεί - ρο
Μπορείς να μου δώσεις κάτι για τον πόνο ;	Pode me dar algo para dor?	Πότζε Με Νταρ Αλγκο - πάρα ντο- ορ