



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ  
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

## **Προστασία από Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα και Αιματογενώς Μεταδιδόμενα Νοσήματα Πληροφορίες για ταξιδιώτες**

### **Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα (ΣΜΝ)**

Τα ΣΜΝ αποτελούν ομάδα λοιμώξεων που οφείλονται σε διάφορους μικροοργανισμούς που μεταδίδονται με τη σεξουαλική επαφή. Στην ομάδα αυτή ανήκουν η ηπατίτιδα Β, η HIV λοίμωξη/AIDS, η σύφιλη, η γονόρροια, το μαλακό έλκος, το αφροδίσιο λεμφοκοκκίωμα, ο έρπητας των γεννητικών οργάνων, η λοίμωξη με χλαμύδια κ.α.

Τα ΣΜΝ απαντώνται σε όλο τον κόσμο αλλά εμφανίζονται πιο συχνά σε χώρες με χαμηλό υγειονομικό επίπεδο. Από τα ΣΜΝ, κάποια μπορεί να αποτελέσουν σημαντικό κίνδυνο για τη ζωή αφού δε θεραπεύονται (π.χ. HIV λοίμωξη/AIDS, ηπατίτιδα Β), άλλα είναι θεραπεύσιμα, αλλά είναι εξαιρετικά μεταδοτικά (π.χ. σύφιλη, γονόρροια) και άλλα μπορεί να προκαλέσουν μόνιμες επιπλοκές (π.χ. έρπης, χλαμύδια).

### **Οι ταξιδιώτες θα πρέπει:**

- Να αποφεύγουν τους πολλαπλούς σεξουαλικούς συντρόφους.
- Να αποφεύγουν τη σεξουαλική επαφή με άγνωστα άτομα.
- Να χρησιμοποιούν πάντα προφυλακτικό κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής πράξης σε όλες τις περιπτώσεις.
- Να αποφεύγουν τη σεξουαλική επαφή σε περίπτωση που εμφανιστεί οποιοδήποτε έλκος ή βλατίδα (σπυράκι) στα γεννητικά όργανα ή αν παρουσιαστεί έκκριμα από την ουρήθρα.
- Να φροντίσουν να εμβολιαστούν με το εμβόλιο κατά της ηπατίτιδας Β αν πρόκειται να έχουν σεξουαλική επαφή με κατοίκους των περιοχών όπου ταξιδεύουν.

### **Αιματογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα**

Κίνδυνο προσβολής από αιματογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα έχουν οι ταξιδιώτες οι οποίοι κατά τη διάρκεια ταξιδιού σε χώρες με χαμηλό υγειονομικό επίπεδο μπορεί να χρειαστούν ιατρονοσηλευτική φροντίδα, άτομα που κάνουν χρήση ενδοφλεβίων ουσιών και οι επαγγελματίες υγείας που μεταβαίνουν σε τέτοιες χώρες για παροχή ανθρωπιστικής βοήθειας.

### **Γενικά:**

- Αποφυγή επαφής με αίμα ή σωματικά υγρά άλλων ατόμων
- Αποφυγή κοινής χρήσης βελονών και συριγγών
- Αποφυγή δραστηριοτήτων όπως δερματοστιξία (τατουάζ) ή piercing
- Αποφυγή μετάγγισης όπου είναι εφικτό

### **Οι ταξιδιώτες θα πρέπει:**

- Να αποφεύγουν την επαφή με αίμα ή άλλα σωματικά υγρά άλλων ατόμων χωρίς τη λήψη των απαραίτητων προφυλάξεων.
- Να αποφεύγουν τη χρήση εν δυνάμει μολυσμένων βελονών, συριγγών ή άλλων εργαλείων για ιατρικούς λόγους (π.χ. παρεντερική χορήγηση φαρμάκων, χειρουργικές επεμβάσεις). Επίσης, πρέπει να ελέγχουν αν έχει γίνει αποστείρωση των ιατρικών εργαλείων και, σε περιπτώσεις όπου απαιτείται παρεντερική χορήγηση φαρμάκων, να ελέγχουν εάν οι βελόνες και οι σύριγγες βρίσκονται εντός αποστειρωμένης συσκευασίας ή αν έχουν αποστειρωθεί σε ατμό ή μέσω βρασμού για 20 λεπτά. Σε ασθενείς που κάνουν συχνά ενέσεις (π.χ. διαβητικοί) συστήνεται να έχουν μαζί τους αριθμό συριγγών ανάλογο με τη διάρκεια του ταξιδιού τους και επιπλέον απόθεμα.
- Να αποφεύγουν την παρεντερική χρήση φαρμάκων για μη ιατρικούς λόγους (π.χ. ενδοφλέβια χρήση ναρκωτικών) και ιδιαίτερα την κοινή χρήση συριγγών με άλλα άτομα.
- Να αποφεύγουν τη χρήση εν δυνάμει μολυσμένων βελονών για κοσμητικούς λόγους (π.χ. τατουάζ, τρύπημα αυτιών).
- Να αποφεύγουν μετάγγιση που δεν θεωρείται ασφαλής.
- Εάν είναι επαγγελματίες υγείας, να τηρούν σχολαστικά τα μέτρα προφύλαξης κατά τη διενέργεια ιατρικών πράξεων και να εμβολιάζονται έναντι της ηπατίτιδας Β, αν δεν το έχουν ήδη κάνει.

Στις περισσότερες αναπτυσσόμενες χώρες το αίμα και τα παράγωγά του δεν θεωρούνται ασφαλή, και οι μεταγγίσεις δεν γίνονται με ασφαλή τρόπο. Οι κίνδυνοι που συνδέονται με μη ασφαλή μετάγγιση είναι: α) ασυμβατότητα του μεταγγιζόμενου αίματος, και β) μετάγγιση λοιμογόνων παραγόντων που προκαλούν ασθένειες όπως το AIDS, η ηπατίτιδα Β, η ηπατίτιδα C, η ελονοσία, η σύφιλη, η νόσος 'Chagas'. Για τους λόγους αυτούς συστήνονται τα εξής:

- Κατοχή από κάθε ταξιδιώτη ιατρικού πιστοποιητικού που να αποδεικνύει την ομάδα αίματος, καθώς και πληροφορίες σχετικές με το ιατρικό ιστορικό (ασθένειες, φάρμακα που λαμβάνει).
- Αποφυγή μη αναγκαίου ταξιδιού όταν υπάρχουν υποκείμενα νοσήματα που να καθιστούν απαραίτητη τη μετάγγιση αίματος ή παραγώγων αυτού.
- Αποφυγή δραστηριοτήτων που μπορεί να οδηγήσουν σε τροχαίο ατύχημα.
- Σε περίπτωση ανάγκης, δυνατότητα επαφής με τις τοπικές ιατρικές υπηρεσίες.
- Σε περίπτωση αιμορροφιλίας, αναζήτηση εκ των προτέρων ιατρικής συμβουλής και ανεύρεση όλων των αρμόδιων υπηρεσιών υγείας στη χώρα προορισμού.
- Σε περίπτωση ασθένειας που απαιτεί μετάγγιση παραγόντων πλάσματος για αναπλήρωση παραγόντων πήξης ή ανοσοσφαιρινών, αναζήτηση εκ των προτέρων ιατρικής συμβουλής ώστε να γίνουν οι απαραίτητοι διακανονισμοί.
- Χορήγηση ανθελονοσιακής αγωγής σε μεταγγιζόμενους, σε περιοχές όπου ενδημεί η ελονοσία.
- Αποφυγή μετάγγισης αίματος όπου αυτό είναι εφικτό. Στις περισσότερες περιπτώσεις αρκεί για τη σταθεροποίηση του ασθενούς η αναπλήρωση του ενδαγγειακού όγκου με χορήγηση υποκατάστατων πλάσματος (κρυσταλλοειδή ή κολλοειδή).