



Warszawa, 25 maja 2010

POLACY CORAZ CZEŚCIEJ NARAŻENI NA CHOROBY TROPIKALNE

W pierwszych dwóch miesiącach 2010 roku ruch turystyczny na świecie osiągnął 7 proc. wzrost. Największy napływ podróżnych odnotowały kraje Azji i Pacyfiku (+10 proc.) oraz Afryki (+7 proc.).¹ Również w Polsce w ostatnich latach rośnie zainteresowanie wyjazdami do krajów tropikalnych.² Niestety, jedynie 30 proc. polskich internautów odwiedzających egzotyczne regiony świata stosuje jakąkolwiek formę profilaktyki występujących tam chorób.³

Światowa Organizacja Turystyczna (UNWTO) oblicza, że w ciągu ostatniej dekady liczba podróży międzynarodowych niemal podwoiła się.² Szacuje się, że za kolejne dziesięć lat przekroczy ona 1,5 miliarda wyjazdów. Szczególnie wzrośnie zainteresowanie krajami rozwijającymi się – tymczasem w wielu z nich turysta ma do czynienia z niskim poziomem sanitarnym i zagrożeniem niebezpiecznymi chorobami.²

Zagrożenia zdrowotne dla turystów w tropikach

Według danych polskiego Instytutu Turystyki, Polacy powyżej 15. r.ż. w trudnym pod względem gospodarczym 2009 roku odbyli 6,3 mln podróży za granicę, połączonych z co najmniej jednym noclegiem poza granicami kraju.⁴ Z tej liczby co najmniej 300 000 wyjazdów dotyczyło Afryki, zwłaszcza takich krajów jak Egipt, Tunezja czy Kenia.⁵ Tymczasem wg Światowej Organizacji Zdrowia jest to region zagrożony występowaniem tężca, błonicy, duru brzuszego, wirusowego zapalenia wątroby (wzw) typu A i B, wścieklizny, a w przypadku Kenii dodatkowo malarii, żółtej febry (żółtej gorączki), zakażeń meningokokowych oraz cholery.

Specjaliści medycyny podróży nie pozostawiają złudzeń: wymarzona podróż w najdalszy zakątek świata może skończyć się poważnymi komplikacjami zdrowotnymi, a w najgorszym wypadku - zgonem.

„Podróże międzynarodowe niewątpliwie wiążą się ze zwiększonym ryzykiem zdrowotnym, zwłaszcza w wypadku wyjazdów w regiony tropikalne i o niskim poziomie higieny. W Polsce w 2009 roku odnotowano trzykrotny wzrost zachorowań na wirusowe zapalenie wątroby typu A w porównaniu z rokiem wcześniejszym. Większość przypadków WZW A w naszym kraju to efekt zakażenia podczas wakacji w krajach rozwijających się m.in.: w cieszącym się dużym zainteresowaniem polskich turystów Egipcie. Poważnym zagrożeniem dla podróżujących do tropiku jest także malaria, czy dur brzuszny, występujący szczególnie często w Indiach i okolicznych państwach. Wszystkie te schorzenia łączy jedno: można im skutecznie zapobiegać poprzez odpowiednie przygotowanie do podróży” – mówi dr n. med. Agnieszka Wroczyńska z Krajowego Ośrodka Medycyny Tropikalnej w Gdyni.



Według szacunków amerykańskiej organizacji zdrowotnej CDC (Centers for Disease Control and Prevention) najczęściej występującymi schorzeniami w czasie miesięcznej podróży po krajach tropikalnych u turystów są: zakażenia pokarmowe i biegunka podróżnych (20-60 proc.). Ważny problem stanowi także malaria, wzw typu A oraz dur brzuszny. Wzw typu A jest jedną z najczęstszych infekcji w podróży, spośród tych, którym można zapobiegać poprzez szczepienia. Wśród chorób, które rzadziej dotyczą turystów wymienia się, wirusowe zapalenie wątroby typu B, cholera, chorobę meningokokową, czy też poliomyelitis.⁶ CDC zwraca jednak uwagę, że nawet, gdy ryzyko zakażenia się daną chorobą jest niskie, podróżni powinni zostać poinformowani o warunkach epidemiologicznych panujących w danym państwie, a także o właściwej profilaktyce przed wyjazdem. Należy pamiętać, że zebrane przez organizację dane nie uwzględniają istotnych czynników, potęgujących ryzyko zakażenia się niebezpiecznymi chorobami zakaźnymi, takich jak: ryzykowne zachowania w czasie pobytu za granicą, podział kraju, który zamierzamy odwiedzić na konkretne jednostki administracyjne, pora roku, czas trwania podróży i jej ogólny charakter. Problem z danymi, dotyczącymi występowania chorób charakterystycznych dla rejonów egzotycznych, polega również na tym, że u wielu turystów choroba objawia się dopiero po ich powrocie do domu. Ponadto ze względu na słabą infrastrukturę w wielu krajach, uniemożliwiającą właściwy przepływ informacji, dane te są niekompletne.⁶

Szczepienie służy bezpieczeństwu podróży

Oprócz zachowania odpowiedniej higieny i środków ostrożności, do podstawowych działań profilaktycznych należą szczepienia. Niestety, w Polsce wciąż nie są one zbyt popularne. Jak pokazują badania, tylko 30 proc. odwiedzających kraje egzotyczne poddało się szczepieniu przeciw tężcowi, 29 proc. - szczepieniu przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby, 21 proc. - przeciw żółtej febrze, 16 proc. - przeciw błonicy i poliomyelitis, a 10 proc. - przeciw meningokokom.³

Powodem niskiej wyszczepialności wśród polskich turystów jest przede wszystkim niski poziom wiedzy o zagrożeniach dla zdrowia w krajach tropikalnych. Jak wynika z przeprowadzonych w ub. roku badań opinii publicznej, jedynie 25,3 proc. podróżników, którzy odwiedzili kraje egzotyczne w ciągu ostatnich 3 lat, udało się na konsultacje do lekarza medycyny podróży. Niewiele więcej, bo 1/3 planujących taki wyjazd, zamierzało skorzystać z pomocy specjalisty.³ Nie wszyscy też, bo tylko 53 proc. badanych, poszukiwało jakichkolwiek informacji na temat profilaktyki zdrowotnej przed podróżą, korzystając z takich źródeł jak ulotki, przewodniki podróżnicze czy Internet. Wśród najczęściej poszukiwanych przez podróżników informacji w serwisach internetowych znalazły się te dotyczące sposobu odżywiania i obchodzenia się z wodą (62 proc) oraz o obowiązkowych bądź zalecanych szczepieniach (58 proc.) i zagrożeniach związanych z występowaniem w danym regionie chorób (58 proc.)³

„Przed wyjazdem w kraje tropikalne lub rozwijające warto zasięgnąć opinii lekarza, który poinformuje pacjenta o aktualnej sytuacji epidemiologicznej w kraju, do którego turysta się wybiera, a także o niezbędnej profilaktyce czy zalecanych zachowaniach minimalizujących



ryzyko zakażenia. Na pierwszą wizytę należy udać się co najmniej 6 tygodni przed planowaną podróżą. Wynika to z faktu, że niektóre szczepienia ochronne należy powtórzyć, aby wytworzyć właściwą odpowiedź immunologiczną” – radzi dr n. med. Piotr Kajfasz z Instytutu Chorób Zakaźnych i Pasożytniczych Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego

Porady dla podróżujących

Podczas zwiedzania krajów rozwijających się warto pamiętać o rygorystycznym przestrzeganiu podstawowych zasad higieny. Zawsze przed jedzeniem należy myć ręce detergentem bądź mydłem, gdyż wiele chorób występujących w tropikach, takich jak: biegunka podróżnych, dur brzuszny, cholera czy wzw A, przenosi się właśnie drogą pokarmową. Warto też zwrócić uwagę w jakich warunkach sanitarnych przygotowywana jest żywność i upewnić się, że osoba która przygotowuje jedzenie ma możliwość zachowania odpowiedniej higieny. Nieodpowiednie warunki sanitarne, niehigieniczne przechowywanie żywności, a dodatkowo upał i wilgotne powietrze – wszystkie te czynniki przyczyniają się do wzrostu liczby patogenów, które pojawiają się w jedzeniu czy napojach. Dlatego zaleca się spożywanie wyłącznie przegotowanej lub butelkowanej wody oraz gotowanych lub obranych warzyw i owoców, aby zmniejszyć ryzyko biegunki, zakażenia wzv typu A, durem brzuszny czy choćby cholera.

W tropikach turyści narażeni są też na kontakt z różnymi owadami, które przenoszą niebezpieczne dla zdrowia choroby. Powszechnie występujące komary są nosicielami m.in.: żółtej febry, malarii, japońskiego zapalenia mózgu czy gorączki denga. Dlatego warto chronić się przed ich ukłuciami, ograniczając przebywanie na świeżym powietrzu między zmierzchem a świtem, kiedy żerują komary przenoszące malarię, stosując środki odstraszające insekty czyli tzw. repelenty oraz korzystając z moskitier. Planując podróż w rejon występowania malarii należy także zastosować farmakologiczną profilaktykę tej choroby.

Podczas podróży, w szczególności w krajach tropikalnych, zawsze należy chodzić w obuwiu, gdyż nawet niewielkie zadrapania skóry zwiększają ryzyko zarażenia się tężcem oraz infekcji wywołanej przez pasożyty. Ponadto w niektórych rejonach dodatkowo na bosych turystów czyhają jadowite węże, pająki czy skorpiony. Niebezpieczny jest również kontakt ze zwierzętami, zarówno tymi dzikimi jak też żyjącymi w aglomeracjach miejskich. Niektóre zwierzęta mogą zachowywać się bardzo łagodnie i w najmniej oczekiwanej chwili zaatakować, zakażając zagrażającą życiu wścieklizną.

Więcej informacji na stronie www.szczepieniadlapodrozujacych.pl

Kontakt dla mediów:

Solski Burson-Marsteller ul. Krakowskie Przedmieście 47/51, 00-071 Warszawa

Joanna Kontkiewicz-Studzińska, tel. 22/ 242 86 32, kom. 696 834 806, mail:

jestudzinska@solskibm.pl

Sylwia Wylam, tel.: 22/ 242 86 45, kom. 501 341 286, e-mail: swylam@solskibm.pl



¹ Światowa Organizacja Turystyki, http://www.unwto.org/media/news/en/press_det.php?id=5912&idioma=E

² dr n. med. Agnieszka Wroczyńska, dr n. med. Waclaw Leszek Nahorski, Dynamika ruchu turystycznego w Polsce i na świecie oraz zagrożenia z nią związane

³ Gemius S.A., Active Pharma Sp. z o.o., Raport „Podróżnicy on-line”, 2009 rok

⁴ Instytut Turystyki, Warszawa, kwiecień 2010 r., <http://www.intur.com.pl/statystyka.htm>

⁵ Instytut Turystyki, Turystyczne wyjazdy zagraniczne Polaków, <http://www.intur.com.pl/wyjazdy.htm#kraje>

⁶ CDC, Online Edition of CDC Health Information for International Travel 2010 (The Yellow Book), <http://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2010/chapter-1/travel-epidemiology.aspx>