

Памятка для паломников, совершающих хадж в КСА

Что нужно знать выезжающим в страны юго-западной Азии, в том числе Саудовскую Аравию, Катар, Иордания, Оман.

Учитывая, что в хадже ежегодно принимают участие более 2 млн. человек из 160 стран мира, имеется высокая опасность распространения инфекционных заболеваний.

Согласно перечня инфекционных болезней в мире, публикуемых ежемесячно Всемирной организацией здравоохранения, актуальными инфекционными болезням в этих странах отмечается заболеваемость **коронавирусом ближневосточного респираторного синдрома, лихорадка Денге, менингококковая инфекция.**

Риск заражения **коронавирусной инфекцией** высокий, это - острое заболевание, вызываемое вирусами рода *Coronavirus*, с преимущественным поражением верхних дыхательных путей.

Резервуар и источник заражения является больной человек. Период заражения больного неопределенно долгий. Естественная восприимчивость людей высокая. К возбудителю чувствительны все возрастные группы населения. Зарегистрированы

случаи ограниченной передачи вируса в семейных очагах при уходе за заболевшим, при нахождении в одной палате в стационаре, в связи с чем ВОЗ не исключается возможность передачи нового коронавируса при тесном контакте от человека к человеку. Клинически заболевания проявляются тяжелым респираторным синдромом (атипичной пневмонией) с почечной недостаточностью.

В целях предупреждения заражения **коронавирусной инфекцией** при выезде в страны Ближнего Востока (Саудовская Аравия, Катар, ОАЭ) рекомендуется использовать защитные маски, воздержаться от посещения мест массового скопления людей и контактов с больными людьми с высокой температурой.

Менингококковая инфекция - острая антропонозная бактериальная инфекционная болезнь, вызываемая менингококком. Инкубационный период - от 2 до 10 суток. Источник инфекции - человек, больной генерализованной формой, острым назофарингитом, а так же здоровые носители. Механизмом передачи воздушно-капельный (при кашле, чихании, разговоре), с поражением слизистой оболочки носоглотки (назофарингит), генерализацией в форме специфической септицемии (менингококкцемия) и

воспалением мягких мозговых оболочек (менингит).
Условия заражения: тесное и длительное общение с источником возбудителя.

Менингит начинается остро, с резкого озноба и повышения температуры тела до 38 - 40 град, выраженной общей слабостью, болями в глазных яблоках, особенно при движении, затем появляется головная боль в лобно-височных, реже затылочных областях. Головная боль разлитая, мучительно - давящего или распирающего характера. Исчезает аппетит, возникает тошнота. Наблюдаются повышенная чувствительность (гиперестезия) ко всем видам внешних раздражителей (светобоязнь, гиперакузия - болезненная чувствительность к слышимым звукам), вялость, заторможенность, нарушения сна.

Лихорадка денге - острая вирусная инфекция, с облигатно-трансмиссивным механизмом заражения (комариная лихорадка), Резервуаром и источником инфекции является больной человек, имеет две клинические формы - классическую и геморрагическую.

Геморрагическая лихорадка денге протекает более тяжело, с развитием геморрагического синдрома, шока и высокой летальностью. Механизм заражения

и передачи инфекции: трансмиссивный, переносчики - комары. Инкубационный период от 3 до 14 суток.

Заболевание обычно начинается внезапно.

появляются разбитость и головной боли среди полного здоровья, озноб, боли в спине, позвоночнике, суставах, наблюдается лихорадка, температура тела до 39-40 С, отмечаются резкая адинамия, анорексия, тошнота, головокружение, бессонница; у большинства больных - гиперемия и пастозность лица, инъекция сосудов склер, гиперемия зева. Кожные высыпания (экзантема) отличается полиморфизмом. Сыпь обильная, зудящая, сначала появляется на туловище, затем распространяется на конечности, оставляет после себя шелушение.

Элементы сыпи сохраняются в течение 3-7 дней.

Меры профилактики - это защита от укусов комаров насекомых, рекомендуется применять средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды), а также в помещениях обязательно закрывать сеткой окна и двери.

Этиотропного лечения **лихорадки денге нет**, лечение осуществляется в условиях инфекционных отделений.

Учитывая сохраняющееся неблагополучие по заболеваемости **корью** в ряде стран, рекомендуется

всем паломникам (не болевшим корью, не привитым против кори или привитым однократно) привиться против кори не зависимо от возраста (прививки против кори проводятся с 1 года, рекомендуется двукратная иммунизация с интервалом между прививками не менее 6 мес.)

Паломникам рекомендуется также привиться против брюшного тифа, гепатита А, пневмококковой инфекции, столбняка и желтой лихорадки.

Обязательным условием получения визы является наличие действующего сертификата о прививке от менингококковой инфекции (иммунизация проводится четырехкомпонентной вакциной), которая должна быть сделана не менее чем за 10 дней и не более чем за 3 года до въезда в Саудовскую Аравию.

Каждому прибывающему на Хадж, Умру или сезонную работу в места паломничества рекомендуется сделать прививку от сезонного гриппа, особенно это касается беременных женщин, детей моложе пяти лет, лиц, страдающих ожирением, хроническими заболеваниями сердца, дыхательных путей, почечной недостаточностью, психическими расстройствами, сахарным диабетом, синдромом

приобретенного и наследственного иммунодефицита, а также лиц, с нарушениями обмена веществ.

Это ВАЖНО:

Всем паломникам, выезжающим для совершения Хаджа, необходимо знать меры профилактики инфекционных заболеваний и придерживаться следующих правил:

- употреблять гарантировано безопасную воду и напитки (кипяченая вода, питьевая вода и напитки в фабричной расфасовке), нельзя употреблять лед, приготовленный из сырой воды;
- тщательно мыть овощи и фрукты безопасной водой и обдавать кипятком;
- при купании в водоёмах и бассейнах не допускать попадания воды в полость рта;
- употреблять для еды только ту пищу, в качестве которой вы уверены;
- желательно не пробовать незнакомые продукты, не покупать еду на рынках и лотках, не пробовать угощения, приготовленные местными жителями;
- в случае необходимости приобретать продукты в фабричной упаковке в специализированных магазинах;

- перед едой следует всегда тщательно мыть руки с мылом;
- мясо, рыба, морепродукты должны обязательно подвергаться термической обработке;
- соблюдать элементарные правила личной гигиены;
- избегать контактов с животными;
- в целях защиты от укусов насекомых рекомендуется применять средства, отпугивающие и уничтожающие насекомых (репелленты и инсектициды), а также в помещениях обязательно закрывать сеткой окна и двери.

При обнаружении симптомов заболевания во время путешествия:

- немедленно обратиться к врачу по месту нахождения, на борту самолёта - к бортпроводнику.

После возвращения из Хаджа в течение 21 дня наблюдайте за состоянием своего здоровья!

При появлении недомогания или температуры вам необходимо:

- не заниматься самолечением;
- срочно обратиться за медицинской помощью путем вызова на дом врача из поликлиники по месту

жительства или (в случае тяжелого состояния) скорой медицинской помощи;

- до прихода врача свести к минимуму контакт с родственниками;

- сообщить врачу, в какой период и в какой стране вы находились за рубежом.