

# REKOMENDACIJOS KELIAUTOJAMS



## PRIEŠ IŠVYKSTANT į Rio de Žaneirą rekomenduojama:

- susitvarkyti sveikatos draudimą;
- apsilankyti pas šeimos gydytoją ir įvertinti savo sveikatos būklę;
- įsitikinti, kad esate pilnai paskiepyti nuo poliomielite, difterijos, stabligės, kokliušo, tymų, kiaulytės ir raudonukės;
- pasiskiepyti nuo hepatito A;
- pasiskiepyti nuo geltonosios karštiligės (geltonojo drugio);
- pasikonsultuoti dėl malarijos chemoprofilaktikos.

## VIEŠINT Brazilijoje rekomenduojama:

- laikytis asmens higienos;
- negerti nepatikrinto vandens iš vietinio vandentiekio;
- naudoti pramoniniu būdu paruoštus ledo gabaliukus;
- vartoti termiškai apdorotą mėsą ir žuvį;
- gerai nuplauti vaisus ir daržoves;
- atkreipti dėmesį į bendrąsias higienos sąlygas (vartojant vietinius produktus);
- vengti sąlyčio su benamiais šunimis ir katėmis;
- sukandžiojus gyvūnui, kreiptis į sveikatos priežiūros įstaigą;
- lytinių santykių metu naudoti apsaugos priemones.

## Zikos virusinės infekcijos PREVENCIJAI REKOMENDUOJAMA:

- atidėti nebūtinai keliones nėščiosioms;
- prieš kelionę sergantiems lėtinėmis ligomis pasikonsultuoti su medikais;
- naudoti prezervatyvus, kurie sumažina lytiniu keliu plintančių infekcijų riziką;
- saugotis uodų įgėlimų.

Keliautojai, kuriems Brazilijoje teko gulėti ligoninėje, sugrįžę apie tai turėtų informuoti savo šeimos gydytoją.

---

PARENGTA REMIANTIS EUROPOS LIGŲ PREVENCIJOS  
IR KONTROLĖS CENTRO INFORMACIJA.

### Daugiau informacijos:

[www.ulac.lt](http://www.ulac.lt), [ulac@ulac.lt](mailto:ulac@ulac.lt), 8 5 230 0125  
Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centras



**ULAC**