

Лихорадка Эбола регистрировалась в Уганде, Габоне и Республике Конго, Южном Судане, Демократической республике Конго.

Лихорадка Марбург регистрировалась в Демократической республике Конго, Анголе, Уганде.

Лихорадка Ласса в Сьерра-Леоне.

Природно-очаговые инфекционные болезни, источниками возбудителей которых являются животные и грызуны, а также больной человек. Данные лихорадки относятся к тяжелым вирусным заболеваниям с почти одинаковой клинической картиной, характеризующейся высокой температурой, геморрагической сыпью, кровотечениями из носа, десен, появлением крови в стуле и рвотных массах, головными болями, общей слабостью, болями в грудной клетке и желудке.

Инкубационный период при всех лихорадках составляет от 3 до 17 дней.

При возвращении из путешествия, на борту самолета Вам могут предложить заполнить "Анкету гражданина, прибывающего из-за рубежа", в которой необходимо указать точный адрес постоянного места жительства или временного пребывания, рабочий и домашний телефоны. Сведения анкеты необходимы для своевременной организации противоэпидемических мероприятий при возникновении очага карантинных инфекций.

При возникновении лихорадочного состояния, тошноты, рвоты, жидкого стула, кашля с кровавой мокротой, сыпи на кожных покровах и слизистых Вам следует немедленно обратиться к врачу для медицинского осмотра и обследования на инфекционные и паразитарные заболевания.

*В целях личной профилактики необходимо помнить следующее:*

- употреблять только гарантированно безопасную воду и напитки (кипяченая вода, питьевая вода и напитки в фабричной расфасовке),
- не употреблять лед и мороженое, если нет уверенности в том, что они приготовлены из безопасных продуктов,
- избегать употребления сырых морепродуктов,
- тщательно мыть фрукты, овощи безопасной проточной водой, ошпаривать кипятком,
- избегать питания с лотков и в не сертифицированных государством кафе и ресторанах,
- принимать пищу, которая подверглась тщательной кулинарной обработке и остается горячей, когда подается на стол,
- купаться только в специально отведенных местах, не допускать попадания воды в рот,
- тщательно следить за чистотой рук, мыть их с мылом перед приготовлением и приемом пищи, перед кормлением ребенка, после каждого посещения туалета, не допускать скопления грязи под ногтями,
- соблюдать чистоту в квартире и местах общего пользования,
- оберегать от мух пищевые продукты, не оставлять еду открытой, грязную посуду сразу убирать и мыть,
- особенно тщательно предохранять от загрязнения пищевые продукты, которые употребляются без предварительной тепловой обработки, молоко кипятить,
- при появлении первых признаков любого кишечного расстройства необходимо обратиться за медицинской помощью,

если в течение 5 дней после возвращения из неблагополучных по холере стран возникли симптомы заболевания, то необходимо обратиться к врачу.

Помните, - Ваше здоровье в Ваших руках!

Управление Роспотребнадзора по Республике Алтай рекомендует выбирать для отдыха за рубежом страны, благополучные в эпидемиологическом отношении и соблюдать меры по профилактике инфекционных болезней.