

Příloha 1: Základní prevence nakažení virem ZIKA a cestovní doporučení

Základní prevence nakažení virem ZIKA – ochrana před poštípáním zahrnuje:

- oděv (ideálně světlé barvy), který kryje maximum povrchu těla – dlouhé rukávy, nohavice;
- použití repelentů vhodných do tropů – na kůži i na oděv
- použití bariér jako jsou sítě v oknech, zavřená okna, zavřené dveře;
- použití insekticidů v místnostech (elektrické odpařovače);
- není-li místnost klimatizovaná, spát či odpočívat pod moskytiérou (nejlépe impregnovanou repelentem) i během dne, kdy jsou komáři *Aedes* nejaktivnější;
- vyhledávat a ničit potenciální lícniště moskytů vyprázdněním, vyčištěním a zakrytím nádob, kde mohou zůstat i velmi malá množství vody (kyblíky, vázy, květináče, pneumatiky apod.).

Doporučené očkování před cestou:

- Pro vstup do Brazílie **není** vyžadováno žádné povinné očkování pro cestovatele.
- Doporučuje se zkontrolovat platnost očkování proti tetanu, záškrtu, černému kašli, spalničkám a dětské obrně.
- Doporučené doplňkové očkování zahrnuje očkování proti meningokokovým onemocněním, virovým hepatitidám A i B, v případě cesty mimo místa konání LOH také proti žluté zimnici.

Další doporučení:

- Pečlivě dodržovat osobní hygienu – mýt si ruce vodou a mýdlem před konzumací potravin a po použití toalety.
- Jíst pouze bezpečné potraviny (dostatečně tepelně upravené, ovoce loupané atd.), pít pouze hygienicky nezávadnou vodu (balená, případně chemicky ošetřená – dezinfikovaná).
- Vyhýbat se kontaktům se zvířaty (riziko vztekliny). Vyhýbat se sexuálním kontaktům s neznámými partnery.
- Mít u sebe cestovní lékárničku s léky, které bere cestovatel dlouhodobě, a s léky první pomoci při průjemovém či horečnatém onemocnění, alergii nebo poranění.
- Před cestou nezapomenout na cestovní pojištění s dostatečným krytím nákladů na zdravotní péči.
- **Při zdravotních obtížích po návratu** navštívit nejbližší odborné pracoviště zabývající se importovanými nákazami, tj. infekční oddělení.