

Памятка для туристов, выезжающих в страны с тропическим и субтропическим климатом



Выбирая для отдыха страны с тропическим и субтропическим климатом, турист оказывается в условиях повышенного эпидемиологического риска. Неподготовленный организм не имеет иммунитета к местным инфекциям, а незнание специфических бытовых опасностей увеличивает угрозу для здоровья и имущества.

Права потребителя и обязанности исполнителя

Согласно статье 14 Федерального закона № 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в РФ» и статье 7 Закона РФ «О защите прав потребителей», турист как потребитель имеет право на:

- ▶ **безопасность туристской услуги** — включая безопасность для жизни, здоровья, имущества и окружающей среды при обычных условиях её оказания;
- ▶ **получение полной и достоверной информации** об особенностях поездки, включая источники и характер возможных опасностей (климатические, эпидемиологические, природные и др.);
- ▶ принятие туроператором/турагентом **предупредительных мер**, направленных на обеспечение безопасности туриста.

Исполнитель обязан:

- ❖ довести до сведения туриста правила безопасного поведения, в том числе в странах с повышенным риском инфекционных заболеваний;
- ❖ приостановить или прекратить реализацию тура, если его оказание создаёт угрозу жизни, здоровью или имуществу туриста, даже при соблюдении всех установленных правил;
- ❖ возместить потребителю причинённые убытки в полном объёме в случае нарушения указанных обязанностей.

Действия до выезда

Получение информации от туроператора

Перед заключением договора о реализации туристского продукта потребитель вправе требовать:

- ✓ данные об эпидемиологической, климатической и иной обстановке в стране пребывания;
- ✓ информацию о необходимости вакцинации, химиопрофилактики и получения международных медицинских документов (например, сертификата о прививке против желтой лихорадки).



Медицинская подготовка

Не позднее чем за 4–6 недель до выезда рекомендуется:

- ✓ проконсультироваться с врачом по вопросам профилактики инфекционных заболеваний;
- ✓ завершить необходимые прививки (включая вакцинацию против гепатита А, кори, желтой лихорадки — при наличии эпидемиологических показаний);
- ✓ при необходимости — начать курс химиопрофилактики (например, против малярии) по назначению врача.

Основные инфекционные риски

В странах с жарким климатом высок риск заражения холерой, гепатитом А, сальмонеллёзом, шигеллёзом и другими кишечными инфекциями.

Организм туриста, не имеющий естественного иммунитета к местным патогенам, подвержен повышенному риску заражения.

Профилактические меры во время пребывания

Защита от насекомых

- ☑ Использовать репелленты, использование репеллентов при травмах и заболеваниях кожи противопоказано!
- ☑ Носить одежду, максимально закрывающую тело (светлых тонов);
- ☑ Спать под противомоскитной сеткой или в помещениях с герметичными окнами;
- ☑ Избегать пребывания на открытом воздухе в вечернее и ночное время в районах с высокой активностью комаров.

Пищевая и водная безопасность

- 🚰 Пить только бутилированную воду в заводской упаковке; не используйте воду из-под крана даже для чистки зубов;
- 💧 Не использовать лёд из неочищенной воды;
- 🥗 Мыть фрукты и овощи только бутилированной или кипячёной водой;
- 🍖 Употреблять мясо, рыбу и морепродукты только после полной термической обработки;
- 🔥 Избегать уличной еды, рынков и несертифицированных точек питания.

Гигиена

- 🧼 Мыть руки с мылом перед едой и после посещения общественных мест;
- 👐 При отсутствии доступа к воде — использовать антисептик (с содержанием спирта $\geq 60\%$);
- 💧 Не купаться в открытых водоёмах в странах с риском паразитарных инфекций.

Действия при ухудшении самочувствия

Если в течение 30 дней после возвращения из поездки наблюдаются:

- температура $>38^{\circ}\text{C}$;
- диарея, рвота, боли в животе;
- сыпь, головная боль, боли в мышцах/суставах;
- желтуха, потемнение мочи;

необходимо немедленно обратиться в медицинскую организацию и сообщить врачу:

- о странах пребывания;
- о продолжительности поездки;
- о возможных контактах с насекомыми, водой, пищей;

Воздержаться от самолечения, включая приём антибиотиков без назначения.

Помните: ваше здоровье — в ваших руках. Ответственный подход к подготовке к поездке и соблюдение простых правил гигиены значительно снижают риск инфицирования даже в эндемичных регионах.

*Информация подготовлена Консультационным центром
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Смоленской области»*