



Facebook live, nasi specjaliści odpowiadają na pytania pacjentów.

Jest to cykl wywiadów z naszymi specjalistami, prowadzonych na żywo, na naszym profilu na Facebooku.



Poniżej przedstawiamy relację z live'a przeprowadzonego wraz z **dr. Stanisławem Hapynem, specjalistą chorób wewnętrznych, lekarzem Medycyny Podróży oraz dr Małgorzatą Hapyn-Rocha lekarzem Medycyny Podróży Lecznicy Citomed, będącą w trakcie specjalizacji z chorób zakaźnych.**

Temat wywiadu dotyczył wakacyjnych wyjazdów, wcześniejszych szczepień oraz wszystkiego, na co trzeba zwracać uwagę przed podróżą do egzotycznych miejsc.



dr Stanisław Hapyn



Czy przed wyjazdem zawsze trzeba się szczepić oraz jakie są szanse na zachorowanie?



Poza szczepieniami, które są objęte przepisami międzynarodowymi – **takie obowiązkowe szczepienia są tylko dwa**: szczepienie przeciwko żółtej gorączce i szczepienie przeciwko meningokokom. Żółta gorączka do krajów afrykańskich i niektórych krajów Ameryki Południowej. Zaś meningokoki dotyczą Arabii Saudyjskiej ze względu na dużą ilość pielgrzymów pielgrzymujących do świętych miejsc Islamu i wynikającego z tego większego prawdopodobieństwa na zachorowanie meningokokami w tym rejonie.

Pozostałe szczepienia nie są objęte żadną restrykcją i nie musimy ich stosować. Jednakże w trosce o własne zdrowie i bezpieczeństwo, jak również naszych bliskich, powinniśmy rozważyć możliwość wykonania różnego rodzaju szczepień w zależności od kierunku naszej podróży.

Jeśli chodzi o to, jakie są szanse na zachorowanie, wszystko zależy od tego, gdzie jedziemy i jakie aktyw-

ności planujemy. Najczęstsze zachorowania związane są z **biegunkami, zatruciami i żółtaczką typu A**. Szczepionka jest naszym cichym obrońcą, dzięki której nie da się oszacować, czy osoba zaszczepiona zachorowałaby, czy nie.

Należy również zaznaczyć, że to, że szczepienia nie są obowiązkowe - nie do końca jest prawdą. Jeśli wykupujemy jakieś dodatkowe ubezpieczenie na czas wyjazdu, **większość polis zawiera klauzulę wyłączającą odpowiedzialność ubezpieczyciela za choroby, które podlegają profilaktyce – do czego zalicza się szczepienie.** W takim wypadku jeśli zachorujemy, ubezpieczyciel może odmówić nam zwrotu kosztów leczenia.



dr Małgorzata Hapyn-Rocha



Czy szczepienie jest bezpieczne?



Szczepienie, jak każda interwencja medyczna typu zabieg czy zażycie leku, zawsze wiąże się z jakimś ryzykiem. **Większość szczepień może wywoływać działania niepożądane, np.**

ból czy obrzęk w miejscu szczepienia, mogą również pojawiać się tzw. objawy grypopodobne np. bóle mięśni, 1-2 dniowy wzrost temperatury. Natomiast ciężkie działania niepożądane po szczepieniach **zdarzają się rzadko i są one na pewno mniejsze, niż ryzyko ciężkiego przejścia choroby** przy wyjeździe do regionu, w którym ta choroba występuje.



dr Stanisław Hapyn



Ile dni przed wyjazdem należy się zaszczepić, aby w momencie wyjazdu szczepionka była aktywna?



Powiem troszkę przewrotnie – **każde szczepienie jest dobre**, nawet jeżeli wykonamy je dwa dni przed wyjazdem, jest ono lepsze niż jego brak. Natomiast jeśli chodzi o to wspomniane obowiązkowe szczepienie przeciwko żółtej gorączce, przy wyjazdach do niektórych krajów jest wymagane, aby szczepienie miało miejsce nie później niż **10 dni przed wyjazdem** do strefy zagrożonej. W tym wypadku jeśli będzie to krótszy odstęp czasu, możemy nie zostać wpuszczeni do danego kraju ze względu na brak pełnej odporności. Warto zdać sobie sprawę, że **nie należy zostawiać szczepienia na ostatnią chwilę**, ponieważ przez infekcję lub jakąkolwiek inną zdrowotną niedyspozycję, możemy być niezdolni do zaszczepienia się. W związku z tym radziłbym myśleć o szczepieniu **co najmniej dwa miesiące przed planowanym wyjazdem**. Część szczepień jest wykonywana w cyklu np. żółtaczką typu B wymaga drugiej dawki po 4 tygodniach, natomiast wścieklizna wymaga 3 dawek, zaś kleszczowe zapalenie mózgu wymaga również 3 dawek, ale podawanych w ciągu jednego roku. **Typowe szczepienia wakacyjne powinniśmy rozważyć najpóźniej miesiąc przed wyjazdem.**



dr Małgorzata Hapyn-Rocha



Na co należy zaszczepić się przed wyjazdem do modnej ostatnio Azji?



Bardzo dobre pytanie, ponieważ Azja, w tym szczególnie Tajlandia widzie ostatnio prym wśród kierunków wybieranych przez Polaków na wakacje. Podstawową zasadą medycyny podróży jest, aby przed rozpoczęciem tzw. szczepień zalecanych, uzupełnić swój **podstawowy kalendarz szczepień**. Przede wszystkim należy zaszczepić się na żółtaczkę typu B (te osoby, które nie są uodpornione) oraz na błonicę, tężec i krztusiec. Szczepienie na krztusiec jest w naszym kalendarzu szczepień, jednak ostatnia jego dawka jest podawana w 19 roku życia. Szacuje się, że odporność po tym szczepieniu utrzymuje się **około 10 lat**, więc raz na 10 lat każdy człowiek, niezależnie od tego, czy wyjeżdża, czy nie, powinien takie szczepienie otrzymać.

Natomiast jeśli chodzi o szczepienia zalecane do Azji przede wszystkim należy się zaszczepić przed chorobami **przenoszonymi drogą pokarmową**, tutaj mam na myśli WZW typu A, czyli tzw. żółtaczkę pokarmową oraz szczepienie przeciwko durowi brzuszemu. Przy niektórych kierunkach podróży, tj. Indie czy Pakistan można rozważyć również szczepienie przeciwko cholerze. Jeśli chodzi o inne choroby, np. **wektorowe, czyli przenoszone przez komary**, jeśli rozważamy podróż dłuższą niż 2-3 tygodnie oraz wiemy, że będziemy przebywali na terenach podmokłych, wówczas warto zaszczepić się przeciwko **japońskiemu zapaleniu mózgu**. Należy również pamiętać, że niektóre tereny Azji są terenami endemicznymi występowania malarii i wówczas należy zastosować **profilaktykę przeciwmalaryczną** w postaci chemioprophylaktyki, czyli tabletek.

Zainteresowała Cię ta tematyka?

Wejdź na nasz profil na Facebooku i obejrzyj całe nagranie!

Po przeczytaniu relacji, nagranie możesz oglądać od 10-tej minuty

<https://www.facebook.com/LeczniceCitomed/>