



Informācija ceļotājiem

Informācija ceļotājiem, kas dodas uz valstīm, kur konstatēta vietēja Zikas vīrusa izplatīšanās

09.06.2016.

Informācija aktualizēta, atbilstoši Pasaules Veselības organizācijas (PVO) un Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra (ECDC) rekomendācijām.

Pirms ceļojuma

- Balstoties uz pašlaik pieejamiem pierādījumiem, PVO nav rekomendējusi noteikt kādus ierobežojumus ceļojumiem vai tirdzniecībai, kas būtu saistāmi ar Zikas vīrus slimību.
- Ceļotājiem, kuri apmeklē valstis, kur pašlaik izplatās Zikas vīruss, jābūt informētiem par inficēšanās risku. To valstu un teritoriju saraksts, kurās pēdējo divu mēnešu laikā ir pierādīta vietēja Zikas vīrusa izplatīšanās, ir pieejams arī Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra (ECDC) mājaslapā:
http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/zika_virus_infection/zika-outbreak/Pages/Zika-countries-with-transmission.aspx
- Jārēķinās, ka vietas, kur Zikas vīrusa izplatība ir nepārtraukta, bieži vien ir grūti nosakāmas, un, iespējams, tās laika gaitā mainās.
- Ceļotājiem, kuri apmeklē Zikas vīrusa skartās valstis, rūpīgi jāievēro individuālie aizsardzības pasākumi pret odi kodumiem iekštelpās un laukā, īpaši laikā no saullēkta līdz saulrietam, kad odu, kas pārnēsā Zikas vīrusu, ir visvairāk*:
 - jālieto odu atbaidīšanas līdzekļi – pretodu repelenti:
 - repelentiem jā satur DEET (N,N-dietil-meta-toluamīdu) (vēlams 30% - 50%, bet ne mazāk par 20%), pikaridīnu (līdz 15%) vai citas pret odiem efektīvas aktīvās vielas, Pasaules Veselības organizācija iesaka arī IR3535 līdzekli jeb etilbutilacetilaminopropionātu;
 - repelenti jālieto uz ādas vai drēbēm;
 - repelenti jālieto, stingri vadoties pēc norādījumiem uz produkta etiķetes/instrukcijā;
 - repelenti ar DEET nav ieteicami bērniem līdz triju mēnešu vecumam, taču grūtnieces tos var izmantot;
 - jāvalkā apģērbs (vēlams gaišs), kas maksimāli apsegtu ķermeni, piemēram, krekli ar garām piedurknēm un garās bikses, īpaši laikā, kad odi ir aktīvi;
 - jāizmanto fiziskās barjeras pret odiem, piemēram, sieti, atpūtas vai guļamtelpām jāaizver logi un durvis, jāizmanto pretodu tīkli uz logiem visu diennakti vai istabas ar gaisa kondicionieri;

- nepieciešamības gadījumā jāguļ zem moskītu tīkliem, īpaši dienas laikā, kad *Aedes*ģints odi ir visaktīvākie;
- jāizvairās no tādu pilsētu daļu apmeklējuma, kur nav pieejama ūdensvadu sistēma un ir slikti sanitārie apstākļi, kas nodrošina ideālus odu vairošanās apstākļus, un kur risks tikt sakostam no odiem ir augstāks.

*Ēfektīvai aizsardzībai pret odiem vajadzētu būt arī krēslā un nakts laikā, kad ir aktīvi odi, kuri pārnēsā citas infekcijas slimības.

- **Grūtniecēm jebkurā grūtniecības trimestrī un sievietēm, kuras plāno grūtniecību līdz dzemdībām, mazsvarīgus ceļojumus uz Zikas vīrusu skartajām valstīm (teritorijām) vajadzētu atlikt.**
- Ja no ceļojuma uz skartajām teritorijām tomēr nevar atteikties, grūtniecēm būtu stingri jāievēro individuālās aizsardzības pasākumi un jākonsultējas ar savu ārstu pirms izlidošanas un pēc atgriešanās, jo pastāv pagaidām vēl zinātniski neapstiprināta, taču ticama saistība starp Zikas vīrusu slimību un nedzimušu bērnu patoloģiju – mikrocefāliju.
- Personām ar imūnsistēmas traucējumiem vai smagām hroniskām slimībām būtu jākonsultējas ar savu ārstu vai veselības aprūpes ceļojumu speciālistu par efektīviem un drošiem profilakses pasākumiem.
- Ir pierādījumi, ka Zikas vīruss var tikt pārnests seksuālā ceļā ar spermu, kurā tas var atrasties pirms slimības simptomu parādīšanās, slimības laikā un pēc tam, kad cilvēks jau ir izvesēlojies no Zikas vīrusu slimības (pašreiz precīzi nav zināms, cik ilgi vīruss var atrasties spermā vīriešiem, kuri ir pārslimojuši Zikas vīrusu slimību). Ņemot vērā minēto
 - ceļotājiem, kuri dodas uz Zikas vīrusu skartajām teritorijām, būtu jāzina, ka, pareizi lietojot prezervatīvus, var samazināt Zikas vīrusa seksuālās pārnesšanas risku no inficēta cilvēka citai personai, kā arī grūtniecības laikā vēl nedzimušajam bērnam. Līdz ar to:
 - ja vīrietis kopā ar grūtnieci uzturas Zikas vīrusa skartajā teritorijā, viņam jāatturas no dzimumakta viņas grūtniecības laikā vai pareizi jālieto prezervatīvi;
 - ja grūtniece uzturas Zikas vīrusa skartajā teritorijā un viņai ir bažas par inficēšanās iespējamību ar Zikas vīrusu dzimumakta laikā, ieteicams atturēties no tā, ja nav pārliecības, ka prezervatīvs tiek lietots pareizi.

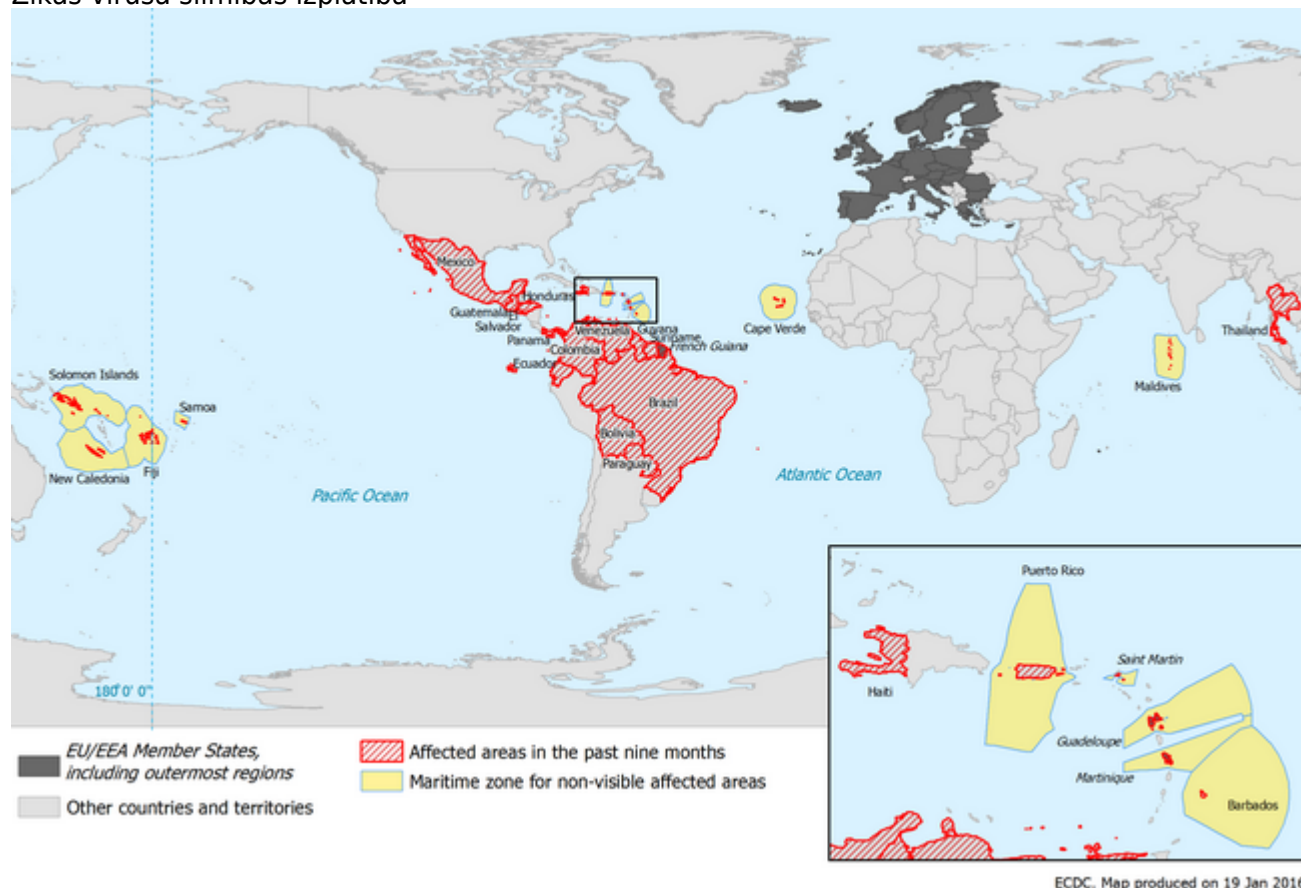
Pēc ceļojuma

- Ceļotāji, kuriem parādās Zikas vīrusu slimībai līdzīgi simptomi (drudzis, izsitumi, konjunktivīts (acu gļotādas iekaisums), muskuļu sāpes, sāpes locītavās, nespēks un galvassāpes) trīs nedēļu laikā pēc atgriešanās no skartā apgabala, ir jāsazinās ar savu ārstu.
- Grūtniecēm, kuras ir ceļojušas uz Zikas vīrusu skartajām teritorijām, apmeklējot pirmsdzemdību veselības aprūpes speciālistu, savlaicīgai uzraudzības nodrošināšanai vajadzētu vērst uzmanību uz savu ceļojumu.
- Ņemot vērā Zikas vīrusu slimības risku grūtniecībai un iespēju pārnest šo infekciju seksuālā kontakta ceļā, lai pasargātu ģimenes no nedzimušu bērnu mikrocefālijas riska arī tad, ja grūtniece, vai sieviete, kura plāno bērnu, nav devusies uz infekcijas skarto valsti, jāpievērš uzmanība šādām norādēm:
 - dzimumattiecības, ja sievietei ir grūtniecība:
 - vīriešiem, kuri atgriezušies no Brazīlijas vai citām Zikas vīrusu skartajām teritorijām, neraugoties uz to, vai viņiem ir bijusi saslimšana, kas ir līdzīga Zikas vīrusu slimībai vai nebija, ieteicams atturēties no dzimumakta ar grūtnieci, vai pareizi lietot prezervatīvu līdz grūtniecības beigām, lai pasargātu bērnu no iespējamās infekcijas;

- dzimumattiecības, ja sievietei nav grūtniecības un tā nav plānota:
 - *vīrietim bijusi saslimšana, līdzīga Zikas vīruslimībai.* Lai gan Zikas vīruslimība parasti ir viegla slimība vai vispār norit bez simptomiem, tomēr dzimumpartneriem, kuri vēlas samazināt vīrusa pārneses risku, jāapsver prezervatīva lietošana, ja vīrietim, kurš atgriezies no Brazīlijas vai citas Zikas vīrusa skartās teritorijas, bijusi klīniska saslimšana līdzīga Zikas vīruslimībai. Prezervatīvi būtu jālieto, saslimšanai sākoties, un jāturpina lietot sešus mēnešus. Šie ieteikumi varētu tikt pārskatīti, iegūstot vairāk informācijas, jo pašreiz precīzi nav zināms, cik ilgi vīruss var atrasties spermā vīriešiem, kuri ir pārslimojuši Zikas vīruslimību;
 - *vīrietim nebija saslimšanas, līdzīgas Zikas vīruslimībai.* Vīriešiem, kuri atgriezušies no Brazīlijas vai citām Zikas vīrusu skartajām teritorijām, un kuriem nav novēroti nekādi Zikas vīruslimībai līdzīgi simptomi, vislabāk būtu atturēties no seksa, tomēr stājoties dzimumattiecības ar sievieti, ja viņa nav grūtniece un neplāno grūtniecību, būtu ieteicams lietot prezervatīvu astoņas nedēļas pēc atgriešanās. Šie ieteikumi arī varētu tikt pārskatīti

Ieteikumi Zikas vīruslimības profilaksei balstās uz Pasaules veselības organizācijas (PVO), Eiropas slimību profilakses un kontroles centra (ECDC), ASV Slimību kontroles un profilakses centra (CDC) rekomendācijām un tie tiks pārskatīti, tiklīdz būs pieejama papildu informācija.

Zikas vīrusa slimības izplatība



Informācija par Zikas vīrusa slimības izplatību Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapā:

http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/zika_virus_infection/Pages/index.aspx

Informācija Amerikas Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapā: <http://www.cdc.gov/zika/>