**Малярия. Памятка туристу**

***Что такое малярия?***

***Малярия*** - *паразитарная тропическая болезнь, характеризующаяся периодическими приступами лихорадки, увеличением печени и селезенки, анемией и рецидивирующим течением.*

90 процентов случаев малярии регистрируется в Африке, из остальных – около 70% случаев приходится на Индию, Бразилию, Шри-Ланки, Вьетнам, Колумбию и Соломоновы Острова. Малярия встречается также на побережье Красного и Средиземного морей, на Балканах и Украине, в Азербайджане, Таджикистане и Узбекистане.

*Ежегодно малярией заражается от 300 до 500 миллионов человек и от 1,5 до 3миллионов   умирает.*

И хотя в Беларуси бывают единичные случаи, главным образом завезенные  из перечисленных стран и континентов, а в последние годы на первое место по числу завозных случаев из дальнего зарубежья вышла Индия, но *в нашей стране остался потенциальный переносчик в прошлом широко распространенной инфекции – малярийные комары и благоприятные для развития комаров климатические условия.* Поэтому, в настоящее время для возобновления местной передачи малярии не хватает только источника инфекции, то есть больного человека.

***Источники  инфекции:***

*больной человек.*

***Пути передачи инфекции:***

* *от больного человека здоровому через укусы комаров, в слюне которых имеются возбудители;*
* *через зараженную кровь от паразитоносителей при переливании и шприцевых инъекциях.*

***Нельзя заразиться малярией:***

*при любых бытовых контактах с больным человеком.*

***Известны четыре формы малярии:***

* *тропическая;*
* *трехдневная;*
* *четырехдневная;*
* *овале – малярия (возбудитель имеет овальную форму).*

**Наиболее тяжелая форма малярии – тропическая.**

***Симптомы и течение тропической малярии***

 Многие люди, побывавшие в «малярийных» странах и заболевшие ею, порой длительное время и не догадываются об этом.

***У некоторых больных могут появляться предвестники заболевания:* недомогание, повышенная потливость, неустойчивый стул, повышение температуры тела до 38°С в течении 2-3 дней.** У большинства пациентов малярия начинается внезапно и протекает тяжело.

После скрытого периода, в среднем 7 дней (возможна длительная инкубация до 30 дней, а также 6-14 месяцев, в зависимости от вида малярии), болезнь начинает прогрессировать.

Для нее характерно приступообразное течение. У заболевшего человека внезапно начинаются приступы, продолжающиеся до 8 часов и состоящие из трех фаз:

**В первой фазе** – *сильнейший озноб, длительностью 3-4 часа, сменяется чувством жара.* **Во второй** – *жар, резко повышается температура, сопровождающаяся сильной головной болью, болью в мышцах, суставах, тошнотой, рвотой.*

**В третьей** *– приступ заканчивается обильным потоотделением и падением температуры.*

Такие приступы могут быть ежедневными или через 2-3 дня в зависимости от возбудителя малярии.

В период между приступами больной чувствует себя вполне удовлетворительно, сохраняется работоспособность.

**Через 2-3 недели, как правило, наступает постепенное выздоровление.**

*При неправильном или несвоевременном лечении, а также при преждевременном прекращении приема лекарств возникают нарушения жизнедеятельности внутренних органов, и болезнь возвращается*. ***Повторные атаки малярийной лихорадки могут наблюдаться в течение трех и более лет.***

***Диагностика и лечение***

**Диагноз малярии** *устанавливают на основании клинической картины (появление характерных малярийных приступов) и данных эпидемиологического анамнеза (например, пребывание в местности, неблагополучной по малярии в последние 3 года).*

**Лечение малярии** *проводится в стационаре. Больных госпитализируют в палаты, защищенные от комаров, и с учетом вида возбудителя, его чувствительности к химиопрепаратам, а также состояния больного, назначают курс лечения.****При своевременном начале лечения прогноз благоприятный.****При осложненных формах тропической малярии возможны летальные исходы, особенно у детей и беременных.*

**Переболевшие малярией** *в течение трех лет находятся под диспансерным наблюдением, которое включает клиническое наблюдение и обследование на носительство плазмодиев.*

***Меры профилактики и защиты***

 Профилактика заболеваний от всех видов малярий направлена на:

* **Ранее выявление***и радикальное лечение больных и паразитоносителей. Для раннего выявления больных и паразитоносителей обязательно исследование крови у всех лихорадящих больных, прибывших из неблагоприятных по малярии местностей.*
* **Борьбу с комарами** – *переносчиками возбудителя малярии. В этих местностях необходимо пользоваться репеллентами, которые наносят на открытые части тела;, предохранять жилища от залета комаров с помощью защитных сеток на окнах и дверях; применять защитные пологи над постелями.*
* **Ликвидацию мест***выплода комаров, благоустройство хозяйственно-полевых водоемов.*
* **Тщательную обработку***всех медицинских инструментов*.
* **Индивидуальную профилактику***у лиц, находящихся в эпидемических очагах, соблюдение всех мер безопасности.*

***Несколько «золотых правил» для лиц, намеревающихся посетить маляриеопасные районы***

* **Обратитесь***к своему врачу или в учреждение, где можно получить компетентный совет. Выясните, есть ли опасность заражения малярией там, куда вы собираетесь поехать. Если да,  то какой противомалярийный препарат вам лучше взять с собой в профилактических целях, как его принимать и какие побочные реакции могут возникнуть. Принимайте лекарство в назначенных  вам врачом дозах и продолжайте это делать в течение 4 недель после выезда из опасной зоны.*
* **Предохраняйте себя** *от укусов комаров. Необходимо иметь средства, отпугивающие комаров, а также препараты для их уничтожения. С сумерек до рассвета одевайтесь так, чтобы не оставлять открытыми руки и ноги. Открытые участки тела обработайте репеллентом, продолжительность действия которого с среднем 3-4 часа.*
* **Там, где распространена малярия**, *спать следует в комнате, окна и двери которой затянуты сеткой или под сетчатым пологом, желательно пропитанным отпугивающим средством, края которого заправлены под матрац*.
* **Помните о симптомах заболевания**. *Если у вас внезапно начинаются лихорадка, головная боль, боль в мышцах, тошнота или понос, немедленно обратитесь за медицинской помощью. Обязательно скажите врачу, где вы побывали. Малярия может развиться спустя 3 года после возвращения из путешествия, даже если вы принимали противомалярийные препараты.*
* **Не забывайте**, *что малярия способна привести к смерти менее чем за 48 часов после появления первых симптомов.*
* **Знайте**, *что профилактических прививок от малярии нет, а относительный иммунитет у перенесших малярию – недолговечен и возможно повторное заражение.*

**Помните! Соблюдение рекомендаций и правил личной гигиены, а также своевременное обращение за медицинской помощью сохранит Вам здоровье и жизнь.**