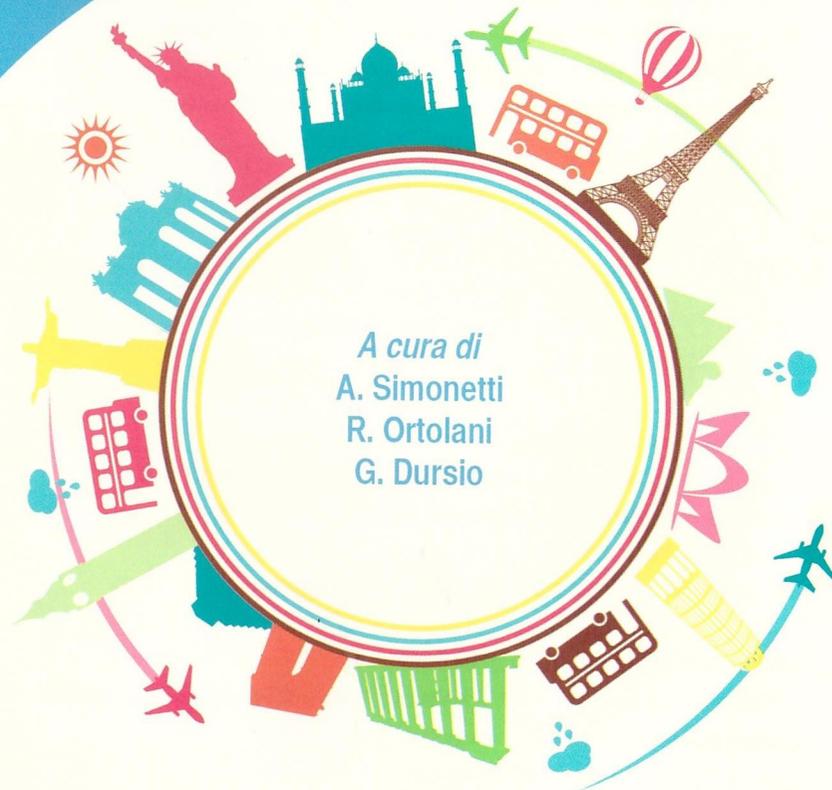


VIAGGIA

TRANQUILLO

EVITA IL BACILLO



A cura di
A. Simonetti
R. Ortolani
G. Dursio

Dipartimento di Prevenzione ASL Napoli 1 Centro
U.O.C. Epidemiologia e Prevenzione
U.O.P.C. Distretto Sanitario 31



Gli ambulatori delle ASL offrono consulenza per:

- le **vaccinazioni** da effettuare
- le **precauzioni** da adottare per prevenire problemi legati al cambiamento di clima e alle diverse condizioni igienico-sanitarie del luogo di destinazione
- l'eventuale **profilassi antimalarica**

Si raccomanda di consultare il Centro Vaccinale dell'ASL di appartenenza almeno un mese prima della partenza in quanto:

- alcune vaccinazioni necessitano di richiamo
- la copertura vaccinale è attiva solo dopo 2 settimane tranne che per la febbre gialla per la quale la copertura è attiva solo dopo 10 giorni

LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE AI VIAGGIATORI INTERNAZIONALI

FEBBRE GIALLA

È consigliata a chi si reca in Paesi dove la malattia è presente (Africa subsahariana, Bacino del Rio delle Amazzoni).

La protezione dura dieci anni.

Per accedere ad alcuni Paesi è richiesta obbligatoriamente

MENINGITE MENINGOCOCCICA

È necessaria nei viaggi in Paesi in cui sia presente un'epidemia e per i pellegrini verso La Mecca

EPATITE A

È utile per tutti coloro che si recano nei Paesi con precarie condizioni igieniche



Le Vaccinazioni del Viaggiatore

TIFO

È utile per chi si reca in Paesi in via di sviluppo.

Garantisce la protezione per 3 anni

COLERA

È necessaria la protezione per chi si reca in Paesi endemici; è utile anche per la riduzione del rischio di diarrea del viaggiatore

TETANO E DIFTERITE

È sempre necessaria (richiami ogni dieci anni)

EPATITE B

Consigliata a chi si reca in zone ad alta endemia

POLIOMIELITE

La vaccinazione è necessaria per chi si reca in zone dove vi è un alto rischio di contrarre la patologia

RABBIA

Consigliata in caso di probabile esposizione al rischio (es. trekking in aree endemiche)



La Farmacia del Viaggiatore

Programmare un viaggio sereno vuol dire anche preparare una piccola farmacia.

Ecco lo stretto indispensabile:

- Antibiotico ad ampio spettro (*a discrezione del medico*)
- Antibiotico intestinale
- Antipiretico
- Antidiarroico e fermenti lattici
- Antidolorifico
- Collirio
- Compresse e gocce contro la costipazione
- Prodotti contro il prurito
- Farmaco contro il mal d'auto o mal di mare
- Farmaci per la profilassi antimalarica, se consigliata
- Pomata per le infezioni cutanee e per le reazioni allergiche
- Soluzioni reidratanti per via orale
- Materiale per medicazione (*disinfettante, cerotti, bende, garze, siringhe monouso*)
- Repellente per gli insetti
- Disinfettante per l'acqua
- Crema solare e antiustione
- Profilattici (*a discrezione dell'interessato*)

Inoltre se **sei diabetico** o hai altri problemi non dimenticare la tua abituale terapia.

Se **hai lenti a contatto** poni nel kit la soluzione ed un paio di lenti di scorta.

Se **hai gli occhiali da vista** portane un paio di scorta.

Se vai a **dormire in tenda** porta una rete antizanzare.

Infine, è bene avere delle **forbici**, una **pinzetta**, un **termometro**, un **laccio emostatico** e degli **occhiali da sole**.

LA PREVENZIONE DELLA MALARIA

La malaria è trasmessa dalla puntura della zanzara anofele. La prevenzione della malaria può essere effettuata con l'adozione di misure di protezione personale (profilassi comportamentale) e farmacologiche che, a causa dei fenomeni di resistenza dei plasmodi malarici, sono diverse a seconda delle aree geografiche in cui ci si reca.

PROFILASSI COMPORTAMENTALE

Dovrebbero essere osservate rigorosamente le seguenti regole, tenendo conto che, a causa delle abitudini notturne delle zanzare anofele, il rischio di trasmissione della malaria si manifesta principalmente dal tramonto all'alba:

EVITARE, se possibile, di uscire in queste ore

INDOSSARE abiti di colore chiaro, con maniche lunghe e pantaloni lunghi, calzini, non usare profumi

APPLICARE repellenti per insetti sulla cute esposta e anche sugli indumenti, ripetendo, se necessario, l'applicazione ogni 2-3 ore; nei bambini l'utilizzo deve essere limitato

DORMIRE preferibilmente in stanze dotate di condizionatore d'aria e di zanzariere al letto

SPRUZZARE insetticida oppure usare diffusori di insetticida nelle stanze di soggiorno e nelle stanze da letto

APPLICARE uno specifico spray insettoprepellente per i vestiti a base di permetrina nel caso si debba affrontare una rilevante esposizione (es. safari)

PROFILASSI FARMACOLOGICA

La farmacoprofilassi va iniziata prima dell'arrivo in zona malarica e proseguita dopo il





ritorno dal viaggio, in base alla scheda tecnica del prodotto utilizzato. La profilassi antimalarica non è una vaccinazione e quindi l'efficacia del trattamento cessa con l'interruzione della terapia preventiva.

Attualmente sono disponibili tre farmaci: la **MEFLOCHINA** (Lariam), l'associazione di **ATOVAQUONE** con **PROGUANILE CLORIDRATO** (Malarone) e la **DOXICICLINA** (Bassado). Tutti i farmaci antimalarici devono essere prescritti da un medico e vanno assunti a stomaco pieno e con abbondante acqua.

Va evitata l'assunzione di superalcolici e consigliato un modico consumo di bevande alcoliche come vino e birra.

Il trattamento di chemioprolifassi garantisce una protezione al 100% dalla malaria. Si raccomanda di ricorrere ad un controllo medico nel caso in cui insorgesse febbre durante il viaggio o nei primi mesi, tenuto conto che l'incubazione della malaria è di almeno 7 giorni. Gravidanza: va evitata durante tutto il periodo di profilassi e per i tre mesi successivi.

La vaccinazione non è consigliata ai:

- **soggetti affetti da patologie neurologiche** (epilessia)
- **soggetti che fanno uso di farmaci antidepressivi**
- **soggetti con insufficienza epatica**
- **soggetti con insufficienza renale**

ALTRE REGOLE DI COMPORTAMENTO

Le malattie sessualmente trasmesse sono particolarmente frequenti fra i viaggiatori, per cui vanno evitati rapporti sessuali non protetti.



CONSIGLI PER LA PREVENZIONE DELLE TOSSINFEZIONI ALIMENTARI

Il colera, il tifo, l'epatite A sono malattie a trasmissione oro-fecale ed il contagio avviene per ingestione di alimenti od acqua contaminate con feci di soggetti malati. Oltre alla prevenzione con il vaccino, vanno osservate con maggior scrupolo le più comuni norme di igiene, indispensabili anche per prevenire tutte le altre tossinfezioni alimentari.

- Bere soltanto acqua sicura, cioè acqua bollita o disinfettata con cloro o iodio o acqua minerale imbottigliata aperta al momento
- Evitare il consumo alimentare di ghiaccio
- Consumare soltanto cibo ben cotto e servito caldo
- Proteggere gli alimenti dagli insetti e refrigerarli subito dopo la cottura, se non consumati subito
- Evitare frutti di mare e pesci crudi
- Evitare di consumare verdura e frutta cruda, a meno che, non siano state lavate, sbucciate e preparate personalmente
- Bollire il latte non pastorizzato prima di consumarlo
- Evitare gelati e dolci alla crema
- Evitare di acquistare cibi da venditori ambulanti se non si è sicuri della loro natura e delle modalità di cottura
- Lavare sempre accuratamente le mani dopo l'uso dei servizi igienici e prima di mangiare
- Evitare di fare i bagni in acque vicino all'abitato e non bagnarsi mai in acque di fiume e di lago



VIAGGIA

TRANQUILLO

EVITA IL BACILLO



Il testo è stato realizzato nell'ambito del
"CORSO DI FORMAZIONE SULL'IMPORTANZA DELLA
SEGNALAZIONE DEGLI EVENTI AVVERSI SUCCESSIVI ALLA
SOMMINISTRAZIONE DI VACCINI IN ETÀ PEDIATRICA"

organizzato dal

Dipartimento Universitario di Sanità Pubblica
Università degli Studi di Napoli Federico II - Scuola di Medicina e Chirurgia
Responsabile scientifico :Prof.ssa Maria Triassi

Il corso è stato finanziato

dall'Assessorato alla Sanità della Regione Campania

e con il patrocinio

dell'Ordine dei Medici - Chirurghi ed Odontoiatri di Napoli e Provincia

Per un viaggio sicuro, un soggiorno sereno e un ritorno senza
spiacevoli sorprese puoi rivolgerti ai

Centri Medicina dei Viaggiatori della Regione Campania

ASL AVELLINO

Via Circumvallazione 77 (AV)
Tel. 0825292618/13

ASL BENEVENTO

Via Mascellaro 1 (BN)
Tel. 0824308367/354

ASL CASERTA

Via Feudo S. Martino 10 (CE)
Tel. 0823350927

ASL NAPOLI 1 Centro

Via Chiatamone 33 (NA)
Tel. 0812547088

ASL NAPOLI 2 Nord

Via G. Basile 26 (ex INAM)
(Giugliano in Campania)
Tel. 0818955728/301

ASL NAPOLI 3 Sud

V.le Unità D'Italia 2 (Pompei)
Tel. 0815352645/3

ASL SALERNO

C.so Garibaldi 5 (SA)
Tel. 089692907/10