



Ταξιδιωτική Ιατρική

Το ταξίδι είναι πάντα μία ευκαιρία για ξεκούραση και πνευματική και σωματική ανάταση. Παρόλ' αυτά αυτή η ευχάριστη εμπειρία κινδυνεύει να καταστραφεί από διάφορους παράγοντες που εξαρτώνται τόσο από τον τόπο προορισμού και την εποχή την οποία ταξιδεύει κανείς όσο και από τη συμπεριφορά του ίδιου κατά τη διάρκεια του ταξιδιού καθώς και τις συνθήκες διαμονής του εκεί.

Επομένως η αντιμετώπιση του κάθε ταξιδιώτη είναι εξατομικευμένη και καλό είναι κανείς όταν οργανώνει κάποιο ταξίδι να επισκέπτεται τον αρμόδιο επαγγελματία υγείας που εξειδικεύεται στον τομέα της ταξιδιωτικής ιατρικής και να λαμβάνει τις κατάλληλες συμβουλές και φαρμακευτικές οδηγίες για την πρόληψη κυρίως πριν το ταξίδι (εμβόλια, χημειοπροφύλαξη) αλλά και την αντιμετώπιση πιθανών προβλημάτων που θα προκύψουν εκεί. Καλό θα είναι η επίσκεψη αυτή να προηγείται 1-2 μήνες της αναχώρησης ώστε να υπάρχει αρκετός χρόνος για να ληφθούν οι κατάλληλες δόσεις των εμβολίων, αν χρειαστεί, αλλά και να γίνει τη σωστή στιγμή η έναρξη της λήψης της χημειοπροφύλαξης.

Τι πρέπει να περιέχει το φαρμακείο του ταξιδιώτη;

Είδη πρώτης ανάγκης

- ✓ Γάντια μιας χρήσης
- ✓ Γάζες και βαμβάκι
- ✓ Ελαστικός επίδεσμος για διαστρέμματα και αυτοκόλλητος επίδεσμος
- ✓ Αντισηπτικό
- ✓ Θερμόμετρο
- ✓ Τσιμπιδάκι
- ✓ Αλοιφή αντιβακτηριδιακή και αντιμυκητιασική
- ✓ Κρέμα για εγκαύματα
- ✓ Αντιφλεγμονώδη και αντιισταμινική αλοιφή

Φάρμακα

- ✓ Ανθελονοσιακά (ανάλογα με τόπο προορισμού)
- ✓ Παισιίπονα
- ✓ Αντιδιαρροϊκά
- ✓ Αντιισταμινικά



- ✓ Κατά της ναυτίας
- ✓ Αποσυμφορητικά
- ✓ Κοινό αντιβιοτικό
- ✓ Φάρμακα που λαμβάνει συστηματικά
- ✓

Άλλα είδη

- ✓ Εντομοαπωθητικά
- ✓ Αντηλιακά
- ✓ Αντιβακτηριδιακά μαντηλάκια χεριών
- ✓ Αλκοολούχο απολυμαντικό χεριών
- ✓ Προφυλακτικά

Εμβόλια Ταξιδιωτών

Η επίσκεψη στον εξειδικευμένο στον τομέα της ταξιδιωτικής ιατρικής γιατρό σας πριν το ταξίδι είναι απαραίτητη.

Απαραίτητο είναι να φέρετε μαζί σας το παιδικό βιβλιάριο στο οποίο αναγράφονται οι εμβολιασμοί σας. Έτσι θα σας δοθούν οδηγίες για επαναληπτικές δόσεις εμβολίων που πιθανόν έχουν αμεληθεί (τετάνου, MMR, πολυομυελίτιδας κοκ).

Ανάλογα όμως και με τον τόπο ταξιδιού καθώς και τη διάρκεια παραμονής σας στον εκάστοτε προορισμό θα πρέπει να προηγηθεί και επιπλέον εμβολιασμός.

Σε ορισμένες χώρες για την είσοδό σας σε αυτές θα πρέπει να λάβετε υποχρεωτικά το εμβόλιο του κίτρινου πυρετού αλλά και το τετραδύναμο του μηνιγγιτιδοκόκκου. Το εμβόλιο της ηπατίτιδας Α, της ιαπωνικής εγκεφαλίτιδας, της εγκεφαλίτιδας από κρότωνα, καθώς και του κίτρινου πυρετού συστήνονται ανάλογα με τη χώρα που θα επισκεφτείτε, την περιοχή που θα διαμείνετε μέσα στη χώρα αυτή (πόλη ή κάποια αγροτική περιοχή), την εποχή του έτους (περίοδος βροχοπτώσεων, ξηρασίας). Τυχόν επιδημίες στην περιοχή τη συγκεκριμένη χρονική περίοδο, πρέπει να αξιολογούνται και να συστήνεται η κατάλληλη προφύλαξη (π.χ. εμβόλιο κατά της εποχικής γρίπης). Επιπλέον και η διάρκεια παραμονής σας στην εκάστοτε περιοχή καθορίζει τον αν θα χορηγηθούν κάποια εμβόλια (τυφοειδής πυρετός, εμβόλιο χολέρας, ηπατίτιδας Β, λύσσας).