

Додаток
до листа ДУ «Центр
громадського здоров'я МОЗ України»
від 24.09.2024 № 04-11/15/702-к/827-к/24

**Інформація та рекомендації для громадян та мандрівників, усіх осіб,
що перетинають державний кордон України щодо запобігання
інфікуванню та поширенню інших небезпечних інфекційних хвороб**

Інфекційні хвороби залишаються значною медико-санітарною, соціальною та економічною проблемою для світового суспільства. За причиною смертності інфекційні хвороби займають перше місце після серцево-судинних та онкологічних хвороб.

Найбільш дієвим заходом боротьби з інфекційними хворобами у світі визнано імунопрофілактику. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, імунопрофілактика визнана одним з найуспішніших і економічно ефективних заходів у сфері громадського здоров'я. Кожна країна має свій календар щеплень і визначає перелік інфекційних хвороб, проти яких проводиться імунопрофілактика.

В Україні наказом Міністерства охорони здоров'я України від 19.07.1995 №133 «Про затвердження Переліку особливо небезпечних, небезпечних інфекційних та паразитарних хвороб людини і носійства збудників цих хвороб» затверджено Перелік особливо небезпечних, небезпечних інфекційних та паразитарних хвороб людини і носійства збудників цих хвороб (далі - Перелік).

Згідно з Переліком до небезпечних інфекцій віднесено 26 інфекційних хвороб.

З метою запобігання поширенню інфекційних хвороб на території України, яким можна запобігти засобами імунопрофілактики, наказом Міністерства охорони здоров'я України від 16.09.2011 № 595 «Про порядок проведення профілактичних щеплень в Україні та контроль якості й обігу медичних імунобіологічних препаратів», зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 10.10.2011 за № 1159/19897, затверджено Календар профілактичних щеплень в Україні (далі - Календар).

До Календаря входить вакцинація проти 10 інфекцій: гепатиту В, туберкульозу, поліомієліту, дифтерії, кашлюку, правцю, кору, епідемічного паротиту, краснухи, гемофільної інфекції.

Крім обов'язкових, Календарем визначені рекомендовані щеплення проти вітряної віспи, гепатиту А, гепатиту В, грипу, пневмококової інфекції, менінгококової інфекції, папіломавірусної інфекції, ротавірусної інфекції та проти захворювань, для імунопрофілактики яких існує вакцина, зареєстрована в Україні.

Розділом IV Календаря визначено щеплення, які проводяться на ендемічних і ензоотичних територіях та за епідемічними показаннями. До них, відносяться щеплення для профілактики туляремії, бруцельозу, гарячки Ку, кліщового

енцефаліту, чуми, черевного тифу, жовтої лихоманки, сказу, сибірської виразки тощо.

Профілактичні заходи щодо недопущення інфікування на небезпечні інфекційні хвороби:

1. Всім мандрівникам, що перетинають кордон, рекомендовано отримати щеплення, визначені календарем щеплень країни проживання.
2. Уникати близьких контактів з людьми, які мають ознаки гострої респіраторної вірусної інфекції.
3. Дотримуватись правил особистої гігієни: мити руки з милом, особливо після користування туалетом і перед їжею, використовувати індивідуальні засоби особистої гігієни.
4. Під час подорожі споживати бутильовану воду та харчові продукти належної якості.
5. Уникати споживання сирих продуктів або їжі з сумнівних джерел, мити овочі та фрукти перед споживанням.
6. Використовувати бар'єрні контрацептиви для запобігання передачі статевих інфекцій.
7. Уникати контакту з тваринами з ознаками хвороби.
8. У разі погіршення стану здоров'я, при перших ознаках виникнення інфекційної хвороби звертатися до найближчого закладу охорони здоров'я.

У разі, якщо з тих чи інших причин щеплення, передбачені Календарем, не отримано, необхідно звернутися до сімейного лікаря або закладу охорони здоров'я для надолуження пропущених щеплень.

Інформація щодо вірусів, які циркулюють в світі

За інформацією, отриманою від Європейського центру контролю та профілактики хвороб, станом на серпень 2024 року, в світі реєструється підвищення рівня захворюваності на віспу мавп (далі - *mpx*), коронавірусну хворобу (далі - COVID-19), спричинену вірусом SARS-CoV-2, зокрема новим підваріантом Omicron – «FLIRT», геморагічну гарячку Західного Нілу та кір.

Особливої уваги потребує захворюваність на малярію серед мандрівників. Актуальність профілактики цього захворювання залишається надзвичайно важливою, особливо для тих, хто планує відвідати регіони з високим ризиком захворювання, зокрема тропічні і субтропічні зони Африки, Азії, Центральної і Південної Америки.

Інформація щодо цих інфекційних хвороб, рекомендації та профілактичні заходи щодо запобігання інфікування наведено нижче.

I. Віспа мавп.

14 серпня 2024 року Всесвітньою організацією охорони здоров'я (далі - ВООЗ) після нещодавніх спалахів захворювання трох у кількох країнах Африки оголошено надзвичайну ситуацію у сфері громадського здоров'я, що має міжнародне значення (PHEIC).

За інформацією ВООЗ збільшення кількості повідомлень про випадки трох зумовлюється двома пов'язаними спалахами:

1) спалахами трох в історично ендемічних частинах Демократичної республіки Конго (далі - ДРК), які вражають переважно дітей;

2) швидко поширюваним спалахом захворювання, спричиненого новим штамом трох clade I, який отримав назву clade Ib.

Штам «clade Ib» передається переважно статевим шляхом через мережі спільних сексуальних контактів, географічно поширюючись у східних провінціях ДРК, а тепер вже і в сусідніх країнах. В Уганді, Кенії, Руанді та Бурунді зафіксовано перші за весь час випадки трох. Проте, нові дані свідчать про те, що clade I може передаватися як статевим, так і не статевим шляхом, зокрема, при побутових контактах (можливо, через одяг, постільну білизну та посуд), що спричинило високу поширеність цього вірусу серед усіх вікових груп.

15 серпня 2024 року Швеція повідомила про один імпортований випадок віспи мавп, викликаний вірусом віспи мавп (MPXV) клас Ib.

Оцінка ризику:

Враховуючи невизначеність щодо масштабів передачі в уражених районах і відсутність переконливих доказів відносної ефективності різних шляхів передачі, ймовірність інфікування для громадян Європейського Союзу та Європейської економічної зони (далі- ЄС/ЄЕЗ), які відвідують уражені країни та займаються діяльністю, яка передбачає тісний контакт з місцевими громадами вважається високою.

Базуючись на поточних попередніх даних з Африки, які не демонструють вищої клінічної тяжкості в підтверджених випадках і враховуючи відносно низьку кількість громадян ЄС/ЄЕЗ, які потенційно постраждали, вплив трох на громадян ЄС/ЄЕЗ, які відвідують або проживають у постраждалих районах за нинішньою епідемією вважається низьким.

Загалом, ризик для громадян ЄС/ЄЕЗ, які подорожують до постраждалих країн і мають тісний контакт із постраждалими громадами або проживають у постраждалих країнах, оцінюється як помірний.

Рекомендації для громадян та мандрівників, щодо запобігання інфікування трох.

Віспа мавп - це інфекційне захворювання, що викликається вірусом віспи мавп (трох).

Передавання від людини людині, відбувається внаслідок тісного контакту з інфікованими виділеннями з дихальних шляхів, пошкодженнями шкіри

інфікованої людини або з предметами, контамінованими біологічними рідинами чи матеріалами з осередків ураження хворої людини.

Клінічні особливості перебігу хвороби можна поділити на два періоди:

перший – інвазивний, триває від 0 до 5 днів і характеризується лихоманкою, інтенсивним головним болем, лімфаденопатією (відмінна ознака від вітряної віспи, кору та натуральної віспи), болем у спині, міалгією, вираженою астеною;

другий – поява висипань на шкірі, які зазвичай з'являються протягом 1–3 днів після появи лихоманки і концентруються, здебільшого, на обличчі та кінцівках, а не на тулубі. Висипи на обличчі мають місце в 95 % випадків, на долонях рук і підошвах – в 75 % випадків. Слизова оболонка порожнини рота уражалася в 70 % випадків, статевих органів – у 30 %, кон'юнктива – у 20 %, можливе ураження рогівки.

Географічно трох поширена у східних провінціях Демократичної Республіки Конго, а тепер вже і в сусідніх країнах. В Уганді, Кенії, Руанді та Бурунді зафіксовано перші за весь час випадки трох.

Враховуючи умови воєнного стану в Україні та пов'язані з цим суттєві міграційні потоки, спрямовані як із країни, так і в країну, можливим є виявлення захворювання на трох всередині країни.

Профілактичні заходи щодо недопущення інфікування на віспу мавп:

1. Перед планування поїздки, до країн Африканського континенту, перебування в яких пов'язане з високим ризиком захворювання на інфекційні хвороби, що мають міжнародне значення, ознайомтесь з правилами в'їзду до цих країн.

2. Уникайте близького контакту з людьми, у яких є висип, схожий на той, що виникає при трох.

3. Обирайте менш ризиковану сексуальну поведінку, обмежуючи кількість сексуальних партнерів.

4. Дотримуйтесь правил особистої гігієни та гігієни рук. Не користуйтесь чужими предметами особистої гігієни.

5. Зробіть щеплення проти трох, якщо Ви належите до групи ризику¹. У разі появи симптомів важливо терміново звернутися за медичною допомогою, а також сповістити контактних осіб.

6. Перед поїздкою подбайте про поліс медичного страхування для виїзду за кордон.

Що робити, якщо у вас є симптоми трох або ви були поруч з людиною, хворою на трох?

Якщо у вас є симптоми трох або Ви мали тісний контакт з хворим на трох поговоріть зі своїм сімейним лікарем щодо тестування та лікування. Європейський центр контролю та профілактики хвороб рекомендує вакцинацію

для людей, які зазнали контакту з хворим на трох, і для людей, які мають вищий ризик зараження трох.

II. Коронавірусна хвороба (COVID-19)

Індикатори підвищеної активності вірусу SARS-CoV-2 у закладах охорони здоров'я спостерігаються з кінця весни 2024 року. Час епідемії відрізнявся між ЄС/ЄЕЗ, багато з них повідомляють про тенденції до зниження, але деякі продовжують спостерігати зростання.

З травня 2024 року загальний вплив вірусу SARS-CoV-2 на завантаженість лікарень та рівень летальності був відносно низьким. Найбільшу групу в лікарнях складали люди віком 65 років і старше, що підкреслює той факт, що вразливі групи населення залишаються під більш високим ризиком важкості перебігу захворювання.

Оцінка ризику відповідно до оцінки Європейського центру контролю та профілактики хвороб:

Варіант SARS-CoV-2 - Omicron та його підваріанти, включаючи FLIRT (KP.3), продовжують домінувати. Очікується, що FLIRT не буде пов'язаний із посиленням тяжкості інфекції чи значним зниженням ефективності вакцини. Незважаючи на те, що кількість госпіталізацій, госпіталізацій у реанімацію та смертність від COVID-19 залишаються низькими на рівні ЄС/ЄЕЗ, наявність активності SARS-CoV-2 підкреслює постійну необхідність моніторингу впливу SARS-CoV-2 та інших респіраторних вірусів на національному та регіональному рівні.

Рекомендації для громадян та мандрівників щодо запобігання інфікуванню.

Коронавірусна хвороба (COVID-19) - інфекційне захворювання, яке викликається вірусом SARS-CoV-2.

Респіраторне захворювання, викликане новим коронавірусом SARS-CoV-2 поширений на всіх континентах окрім Антарктиди.

SARS-CoV-2 поширюється здебільшого повітряно-крапельним шляхом, зокрема через кашель і чхання, а також торкання поверхонь, забруднених вірусом. Частинки, що містять вірус можна вдихнути або вони можуть осісти в носі та роті або в очах.

Клінічні особливості перебігу SARS-CoV-2 можуть відрізнятися в залежності від ступеня тяжкості, проте може бути безсимптомний перебіг хвороби. Серед поширених симптомів SARS-CoV-2 виділяють: лихоманку, кашель, загальну слабкість або стомлюваність, зміну або втрату смаку чи запаху, біль у горлі, головний біль, м'язові болі діарею.

Найважчі випадки можуть призвести до задишки внаслідок пневмонії та гострого респіраторного дистрес-синдрому, а також до інших ускладнень, які потенційно можуть призвести до смерті.

Оцінка ризику для мандрівників.

Ризик для мандрівників залежить від:

1. Місця подорожі: рівень поширення SARS-CoV-2 може суттєво відрізнятись в залежності від країни чи регіону. Деякі країни можуть мати високі рівні захворюваності, а інші – низькі.

2. Рівня вакцинації: у регіонах з високим рівнем вакцинації ризик інфекції може бути нижчим. Також важливо враховувати, чи є у вас особиста вакцинація і чи отримали ви бустерні дози.

3. Останні варіанти вірусу: різні варіанти COVID-19 мають різний рівень передачі та тяжкість захворювання. Останні варіанти можуть бути більш або менш заразними.

4. Тип транспорту і умови подорожі: Літаки, поїзди та автобуси можуть бути місцями з підвищеним ризиком через закриті простори і близькість до інших людей.

Профілактичні заходи запобігання інфікування:

1. Найефективнішим способом профілактики COVID-19 є вакцинація. Вакцини проти COVID-19 показали свою ефективність у зниженні ризику інфікування та важких захворювань, викликаних вірусом SARS-CoV-2. Для отримання вакцини та консультації щодо її введення, необхідно звернутись перед поїздкою до вашого сімейного лікаря.

2. Уникайте тісного контакту з хворими людьми.

3. Дотримуйтесь правил особистої гігієни.

4. Уникайте торкання очей, носа та рота.

5. Робіть регулярне вологе прибирання приміщення.

6. Провітрюйте приміщення щонайменше двічі на день.

7. Маски для обличчя: слід розглянути можливість носіння маски для обличчя в місцях скупчення людей, де неможливе фізичне дистанціювання.

8. Подбайте про поліс медичного страхування перед подорожжю. У разі погіршення самопочуття, зверніться до найближчого закладу охорони здоров'я.

III. Гарячка Західного Нілу

У 2024 році станом на 31 липня 2024 року 8 країн ЄС повідомили про 69 місцевих випадків інфікування людей гарячкою Західного Нілу.

Про виявлення захворювання повідомили Греція (31), Італія (25), Іспанія (5), Австрія (2), Угорщина (2), Сербія (2), Франції (1) і Румунії (1) та про 8 смертей повідомили Греція (5), Італія (2) та Іспанія (1).

Згідно з наявними даними, 59% випадків цього року припадало на осіб старше 65 років, що близько до середнього показника попереднього десятиліття, який становив 54% за той же період.

Рівень госпіталізації був стабільним: цього року було госпіталізовано 91% випадків порівняно з 94% за останнє десятиліття.

Летальність цього року склала 13% проти 11%, які спостерігалися за попередні десятиліття.

Цього року неврологічні прояви були зареєстровані в 75% випадків порівняно з 65% у попередньому десятилітті.

Рекомендації для громадян та мандрівників, щодо запобігання інфікування.

Геморагічна гарячка Західного Нілу — це вірусна хвороба, що найчастіше передається через укуси комарів.

Основним джерелом та резервуаром гарячки Західного Нілу в природі є перелітні птахи, у крові яких є високі концентрації вірусу, значно менше значення як резервуар мають деякі дрібні ссавці, гризуни та кажани.

Поширення вірусу відбувається через укуси комарів, які в подальшому передають його людині та/або тваринам.

Сприйнятливість людей до хвороби є високою, хоча до 80 % людей переносить хворобу безсимптомно, дехто відчуває легкі ознаки ГРВІ.

Приблизно у 20% хворих у проміжок між декілька днями та 2–3 тижнями після зараження, а найчастіше через 3-6 днів, можуть з'явитися симптоми, схожі на грип: висока температура, головний біль, біль у м'язах і суглобах, слабкість, нудота, діарея.

Основна кількість виявлених випадків захворювання проявляється у вигляді менінгіту та енцефаліту.

Летальність від гарячки Західного Нілу складає 2–14%.

Вірус найбільш поширений в Африці, Азії, Центральній Америці, Австралії, а також у США, Канаді та Мексиці.

Оцінка ризику для мандрівників

Ризик зараження для мандрівників залежить від географічного розташування, сезону (комарі, що переносять вірус, більш активні в теплі місяці), стан здоров'я (люди з ослабленим імунітетом або хронічними захворюваннями можуть бути більш вразливими до важчих форм захворювання).

Профілактичні заходи запобігання інфікування:

1. Використання репелентів: використовуйте репеленти, особливо в ранкові та вечірні години, коли комарі найбільш активні.
2. Носіння захисного одягу: носіть одяг з довгими рукавами, штани і шкарпетки при відвідуванні місць осередку виплоду комарів (заболочена місцевість, застійні водойми), щоб зменшити площу відкритих ділянок тіла. Світлі кольори одягу можуть бути менш привабливими для комарів.
3. Використання сіток: використовуйте сітки для захисту від комарів, особливо під час сну. Це може бути особливо важливо, якщо ви перебуваєте в районах з високим ризиком або в умовах, де комарі можуть бути численними.
4. Уникання активності в пік комариного сезону: зменшуйте час перебування на відкритому повітрі в ранкові та вечірні години, коли комарі найбільш активні.
5. Безпека під час подорожей: якщо Ви подорожуєте до районів з підвищеним ризиком, дізнайтеся про епідеміологічну ситуацію та слідкуйте за місцевими рекомендаціями щодо профілактики.

IV. Кір

За інформацією, опублікованою на офіційному сайті Європейського центру контролю та профілактики хвороб, з червня 2023 року неухильно зростає загальна кількість випадків кору серед країн європейського союзу. Зокрема, Румунія у грудні 2023 року оголосила епідемію кору, а у липні 2024 року 24 країни повідомили дані про кір, у 18 країнах зареєстровано 815 випадків. Шість країн повідомили про нуль випадків.

Кількість випадків кору прогнозовано збільшуватиметься в ЄС/ЄЕЗ у найближчі місяці. Це пояснюється недостатнім рівнем охоплення вакцинацією проти кору у ряді країн ЄС (<95% у багатьох з цих країн), а також високою ймовірністю завізних випадків.

За 7 місяців 2024 року в Україні було зареєстровано 16 завізних випадків кору: 9 з Румунії (враховуючи транзит), 3 з Єгипту, 1- з Туреччини, 1- з США, 1- з Великої Британії, 1- з Німеччини.

Рекомендації для громадян та мандрівників, щодо запобігання інфікування.

Кір - інфекційна хвороба, яку спричинює вірус з роду Morbillivirus. Зараження відбувається через вдихання з повітря найдрібніших крапель (аерозолі) слизу, які містять віруси, що потрапили в повітря при чханні, кашлі або розмові хворої на кір людини. Збудник потрапляє до організму через верхні дихальні шляхи або кон'юнктиви.

Вірус кору мало стійкий у довкіллі — він швидко інактивується під впливом сонячного світла, ультрафіолетових променів, при нагріванні до 50°C , під впливом дезінфекційних засобів. Але вірус кору залишається вірулентним в аерозолі протягом однієї години після потрапляння з організму хворого у довкілля. При кімнатній температурі зберігає активність до 1—2 діб, при низькій температурі — протягом кількох тижнів.

Інфікована людина може передавати вірус ще за чотири дні до і за чотири дні після появи у неї висипу. На цій початковій стадії можуть виникати нежить, кашель, почервоніння очей і слезотеча, а також дрібні білі плями на внутрішній поверхні щік. За кілька днів з'являється висип — спочатку, як правило, на обличчі та верхній частині шиї. Приблизно через три дні висип розповсюджується по всьому тілу включно із руками та ногами. Він тримається 5–6 днів і потім зникає. У середньому, висип з'являється через 14 днів (від 7 до 18 днів) після впливу вірусу.

Оцінка ризику для мандрівників

Ризик захворіти для невакцинованих подорожуючих є високим, оскільки 9 із 10 людей, з якими контактувала інфікована особа з високою ймовірністю захворіють, якщо вони не були щеплені.

Профілактичні заходи запобігання інфікування:

Основним методом специфічної профілактики кору є вакцинація, яка в Україні є обов'язковою для дітей.

Вакцинація дітей для профілактики кору проводиться у віці 12 місяців. Друге щеплення - у віці 6 років. Дітям, що не були вакциновані за віком у 12 місяців та в 6 років, щеплення починають робити у будь-якому віці до 17 років 11 місяців 29 днів. Дитина має отримати дві дози з дотриманням між ними мінімального інтервалу введення.

У разі появи висипань самоізолюйтеся та за допомогою засобів зв'язку зверніться до сімейного лікаря.

Якщо Ви були у контакті з хворим на кір зверніться до лікаря.

IV. Малярія

За інформацією ВООЗ, у 2022 році в усьому світі було зафіксовано 249 мільйонів випадків малярії та 608 000 смертей від малярії у 85 країнах. Африканський регіон несе непропорційно велику частку глобального тягара малярії.

У 2022 році в регіоні припадало 94% випадків малярії (233 мільйони) і 95% (580 000) випадків смерті від малярії.

На чотири африканські країни припадає трохи більше половини всіх смертей від малярії в усьому світі: Нігерія (26,8%), Демократична Республіка Конго (12,3%), Уганда (5,1%) і Мозамбік (4,2%).

Оцінка ризику для мандрівників

Передача малярії не розподіляється рівномірно по всіх країнах. У деяких напрямках передача малярії відбувається по всій країні, а в інших — у певних осередках. Тому правильне розуміння кількостей випадків захворювання на малярію у вашому пункті призначення - є важливим етапом підготовки до подорожі.

Рекомендації для громадян та мандрівників, щодо запобігання інфікування.

Малярія — небезпечне для життя захворювання, що передається через укуси комарів.

Недуга поширена у 91 країні світу, переважно це Африка, Азія, Південна та Північна Америка. В Україні передавання малярії комарами не відбувається і наразі всі зареєстровані випадки інфікування — завезені.

Симптоми малярії з'являються через 10–15 днів після укусу інфікованим комарем. Перші ознаки — гарячка, головний біль, можуть проявлятися слабо, що ускладнює виявлення недуги. Залежно від перебігу захворювання серед симптомів можуть бути: сильна втома, втрата свідомості, судоми, утруднене дихання, кривава сеча, пожовтіння склер та шкіри.

Малярії можна запобігти, уникаючи укусів комарів і за допомогою прийому препаратів.

Профілактичні заходи запобігання інфікування:

1. Використання репелентів: використовуйте репеленти, особливо в ранкові та вечірні години, коли комарі найбільш активні.
2. Носіння захисного одягу: носіть довгі рукави, штани і шкарпетки при відвідуванні місць осередку комарів, особливо в вечірній та нічний період часу.
3. Використання сіток: використовуйте сітки для захисту від комарів, особливо під час сну. Це може бути особливо важливо, якщо ви перебуваєте в районах з високою захворюваністю на малярію.

4. Уникання активності в пік комариного сезону: зменшуйте час перебування на відкритому повітрі в ранкові та вечірні години, коли комарі найбільш активні.

5. Безпека під час подорожей: якщо ви подорожуєте до районів з підвищеним ризиком, дізнайтеся про епідеміологічну ситуацію та слідкуйте за місцевими рекомендаціями щодо профілактики.

6. Проконсультуйтеся зі своїм лікарем щодо профілактики протималярійними препаратами. Їхній тип залежить від країни, куди ви подорожуєте та від типу збудника малярії, який циркулює в регіоні, в деяких випадках профілактику медикаментами потрібно розпочати за кілька тижнів до поїздки.
