

## **Informacja na temat szczepień ochronnych przed wyjazdem za granicę (stan na dzień 17.10.2023 r.)**

Podróż zagraniczna oprócz wielu miłych wrażeń niesie ze sobą ryzyko zdrowotne, związane z chorobami zakaźnymi i pasożytniczymi. Problemem może też być utrudniony dostęp do opieki zdrowotnej, zwłaszcza w krajach rozwijających się. W czasie podróży zagranicznych człowiek jest narażony na kontakt z nowymi drobnoustrojami chorobotwórczymi lub już znanymi, ale występującymi w większej liczbie i z większą częstotliwością.

Wielu chorobom zakaźnym, związanym z podróżami i pobytem w innych krajach, zwłaszcza tropikalnych i o niskim standardzie sanitarno-epidemiologicznym, można zapobiec poprzez szczepienia ochronne. Jest to najskuteczniejszy z dotychczas poznanych sposobów zapobiegania chorobom zakaźnym.

W zależności od kraju, do którego podróżujący się udaje, rodzaju podróży oraz warunków sanitarno-epidemiologicznych, jest wskazane szczepienie przeciwko następującym chorobom zakaźnym: **żółtej gorączce, wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B, durowi brzuszemu, tężcowi, błonicy i krztuścowi, poliomyelitis, odrze, śwince i różyczce, grypie, wściekliznie, zakażeniom meningokokowym i pneumokokowym, cholercze, kleszczowemu zapaleniu mózgu i japońskiemu zapaleniu mózgu.**

Informacje o chorobach, przeciwko którym należy się zaszczepić przed podróżą do danego kraju, można uzyskać w punktach szczepień Centrów Medycyny Podróży lub na stronie WHO ([www.who.int/ith](http://www.who.int/ith)) oraz amerykańskiego Ośrodka Kontroli i Prewencji Chorób (CDC) (<https://wwwnc.cdc.gov/travel>), a w przypadku szczepień obowiązkowych przeciwko żółtej gorączce również w ambasadzie danego kraju.

Świadczenia medyczne z zakresu szczepień zalecanych, w tym przeciwko żółtej gorączce, realizuje się na podstawie obowiązujących regulacji zawartych w art. 19 Ustawy z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz zwalczaniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz. U. z 2023 r., poz. 1284 ze zmianami) oraz rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 27 września 2023 r. w sprawie wykazu zalecanych szczepień ochronnych oraz Międzynarodowej Książeczki Szczepień (Dz. U. z 2023 r., poz. 2056). Załącznik do ww. rozporządzenia Ministra Zdrowia określa wykaz zalecanych szczepień ochronnych, w tym przeciwko żółtej gorączce.

Podczas podróży zagranicznych istnieje ryzyko chorób, przeciwko którym nie wyprodukowano dotychczas skutecznej szczepionki. Taką chorobą jest np. malaria. Postępowanie profilaktyczne w tym przypadku składa się z dwóch elementów:

- profilaktyki farmakologicznej, czyli przyjmowania zapobiegawczo leków przeciwmalarycznych;

- profilaktyki niefarmakologicznej (środki ochrony przed ukłuciami komarów tzn. odpowiedni strój, repelenty, moskitiery).

Nie ma również szczepionek przeciwko większości drobnoustrojów wywołujących tzw. biegunkę podróżnych (enteropatogenne szczepy *Escherichia coli*, *Campylobacter jejuni*, *Salmonella*, *Shigella*). Źródłem zakażenia tymi drobnoustrojami są zanieczyszczone nimi produkty pokarmowe i woda, a także ręce. Zapobieganie tym zakażeniom polega na starannym przestrzeganiu zasad higieny osobistej i higieny żywienia (spożywanie pokarmów poddanych obróbce termicznej, picie wody pozbawionej czynników chorobotwórczych).

Szczepienia obowiązkowe przed podróżą zagraniczną są wymagane przez władze krajów docelowych na podstawie Międzynarodowych Przepisów Zdrowotnych (International Health Regulations – IHR), opublikowanych w 2005 r. przez WHO.

Aktualnie są to szczepienia przeciwko:

- żółtej gorączce dla wyjeżdżających do następujących krajów: Angola, Benin, Burkina Faso, Burundi, Demokratyczna Republika Kongo – dawny Zair, Gabon, Ghana, Gujana Francuska, Gwinea Bissau, Kamerun, Kongo, Liberia, Mali, Niger, Republika Środkowo-Afrykańska, Ruanda, Sierra Leone, Togo, Wyspy Świętego Tomasza i Książęca, Wybrzeże Kości Słoniowej;
- zakażeniom meningokokowym dla pielgrzymów do Mekki lub Umrah w Arabii Saudyjskiej.

Szczepienia zalecane przed podróżą zagraniczną nie są wymagane przez władze krajów docelowych, ale są uważane przez WHO za rutynowe, z uwagi na to, że w większości krajów dzieci i młodzież są zaszczepione zgodnie z obowiązującym programem szczepień. Jednak w części przypadków może być wymagane podanie przed wyjazdem dawek przypominających lub uzupełnienie całego cyklu szczepienia u osób, które z jakiegoś powodu ich nie otrzymały.

Aktualnie są to szczepienia przeciwko:

- tężcowi, błonicy i krztuścowi,
- wirusowemu zapaleniu wątroby typu B,
- poliomyelitis,
- odrze, śwince i różyczce,
- ospie wietrznej,
- grypie,
- zakażeniom *Haemophilus influenzae* typu b,
- zakażeniom wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV),
- zakażeniom pneumokokowym,
- zakażeniom rotawirusowym.

Wśród szczepień zalecanych ze względu na zwiększone ryzyko zakażenia w czasie podróży lub pobytu w danym kraju lub ze względu na indywidualne ryzyko wymieniane są szczepienia przeciwko:

- wirusowemu zapaleniu wątroby typu A,
- durowi brzuszemu,

- żółtej gorączce,
- zakażeniom meningokokowym,
- kleszczowemu zapaleniu mózgu,
- wścieklicznie,
- cholery,
- japońskiemu zapaleniu mózgu (szczepionka dostępna w ramach importu docelowego).

Przy wyborze szczepień powinno się uwzględnić m.in. szczegółowe informacje dotyczące podróży, dotychczasowy stan uodpornienia danej osoby oraz ewentualne przeciwwskazania.

Uodpornienie najlepiej rozpocząć ok. 6-8 tygodni przed planowanym wyjazdem. Niektóre szczepienia wymagają podania kilku dawek w określonym schemacie szczepienia, z czego przed wyjazdem podaje się dwie dawki w odstępie 4 tygodni. Część szczepień wymaga podania tylko jednej dawki najpóźniej 2 tygodnie przed wyjazdem, np. szczepionkę przeciwko żółtej gorączce podaje się najpóźniej 10 dni przed wyjazdem.

Ustalenie liczby i rodzaju szczepień u danej osoby zależy od:

- czynników ryzyka związanych z podróżą, tj.: kraju docelowego i wymagań jego władz odnośnie szczepień, aktualnej sytuacji epidemiologicznej w tym kraju, czasu trwania i charakteru pobytu, warunków zakwaterowania oraz planowanych środków transportu;
- czynników osobniczych, tj.: przebytych wcześniej szczepień i zakażeń pozostawiających odporność, stanu zdrowia, wieku, przeciwwskazań do szczepień;
- właściwości szczepionki, tj.: wymaganej liczby dawek w cyklu, czasu uzyskania zabezpieczającej odporności.

Zgodnie z wytycznymi WHO, zniesiono obowiązek autoryzacji punktów realizujących szczepienia ochronne podróżujących. Oznacza to, iż zalecane szczepienia ochronne wymagane Międzynarodowymi Przepisami Zdrowotnymi mogą wykonywać punkty szczepień, znajdujące się zarówno w zakładach opieki zdrowotnej jak i stacjach sanitarno-epidemiologicznych, które spełniają wymagania określone przepisami prawa oraz działają w oparciu o wytyczne dla punktów szczepień. Lista ośrodków prowadzących szczepienia, w tym również szczepienia zalecane przy wyjazdach za granicę publikowana jest na stronie internetowej Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Część szczepień zalecanych przed wyjazdem za granicę dzieci otrzymują w ramach obowiązującego Programu Szczepień Ochronnych. Niektóre szczepienia mogły również otrzymać w ramach szczepień zalecanych na terenie kraju. Przed wyjazdem konieczne jest sprawdzenie czy dzieci zostały zaszczepione w przewidywanych dawkach i schematach. W przypadku jakichś braków należy je uzupełnić, aby zapewnić dziecku odporność zabezpieczającą przed zachorowaniem. Pozostałe szczepienia, zwłaszcza przeciwko żółtej gorączce (które jest obowiązkowe przy wjeździe do niektórych krajów Afryki

i Ameryki Południowej), należy wykonać w punkcie szczepień, realizującym te szczepienia.

Poszczególne szczepionki można podać dziecku po osiągnięciu określonego wieku np. przeciwko wirusowemu zapaleniu wątroby typu A po ukończeniu 1 r.ż., przeciwko durowi czy przeciwko cholercie po ukończeniu 2 r.ż., a przeciwko żółtej gorączce po ukończeniu 9 m.ż., wyjątkowo (w określonej sytuacji epidemiologicznej) 6 m.ż.

*oprac. Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Łodzi*