

## ZALECANIA DLA OSÓB PODRÓŻUJĄCYCH DO KRAJÓW OBJĘTYCH EPIDEMIĄ GORĄCZKI KRWOTOCZNEJ MARBURG

### Jak się chronić przed zakażeniem:

- unikaj kontaktu z osobami wykazującymi objawy (takie jak gorączka, wymioty, biegunka lub krwawienie) lub kontaktu z materiałami i powierzchniami zanieczyszczonymi płynami ustrojowymi osób zakażonych, np. ubrania, pościel;
- unikaj kontaktu ze zwłokami osób zakażonych i procesem pochówku;
- unikaj odwiedzania placówek służby zdrowia na obszarach dotkniętych epidemią, w przypadku gdy twoja wizyta nie dotyczy pilnych kwestii;
- unikaj siedlisk, w których mogą przebywać nietoperze, takich jak jaskinie lub kopalnie, a także wszelkich form bliskiego kontaktu z dzikimi zwierzętami, zarówno żywymi, jak i martwymi;
- unikaj dotykania (obróbki) i spożywania jakiegokolwiek rodzaju surowego mięsa pochodzącego z dzikich zwierząt;
- zachowaj ostrożność, stosuj się ściśle do poleceń miejscowych służb;
- osoby podróżujące w tereny epidemii, u których występują objawy gorączki krwotocznej powinny być niezwłocznie izolowane do czasu wykluczenia zakażenia;



**w razie zachorowania w trakcie pobytu natychmiast poproś o pomoc lekarską;**



**w razie wystąpienia niepokojących objawów po powrocie z podróży zgłoś się do lekarza i poinformuj o przebytej podróży.**