

Ταξιδιωτική οδηγία προφύλαξης από τον ιό Ζίκα, που από το 2014 βρίσκεται σε εξέλιξη στην τροπική ζώνη της Αφρικής, της Νοτιοανατολικής Ασίας και των νησιών του Ειρηνικού Ωκεανού, αλλά προσφάτως και στην κεντρική και νότιο Αμερική, εξέδωσε το Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Νοσημάτων (ΚΕΕΛΠΝΟ).

Ειδικότερα, οι ταξιδιώτες, που επισκέπτονται περιοχές με τρέχουσα τοπική μετάδοση της λοίμωξης συνιστάται να λαμβάνουν συνεχή μέτρα αποφυγής των δηγμάτων από κουνούπια, καθώς το κουνούπι, που μεταδίδει τη νόσο, τσιμπά κατά τη διάρκεια ημέρας και νύχτας, σε εξωτερικούς και σε εσωτερικούς χώρους, καθώς και στις αστικές περιοχές.

Ιδιαίτερως, όσον αφορά νήπια, ηλικιωμένους, εγκύους και άτομα με σοβαρές χρόνιες νόσους ή ανοσοκαταστολή, συνιστάται συνεκτίμηση του κινδύνου μόλυνσης και των συνιστωμένων μέτρων προφύλαξης πριν από το ταξίδι σε ενδημικές περιοχές. Ιδιαίτερα στις εγκύους, συνιστάται αυξημένη προστασία κατά των δηγμάτων από κουνούπια στις ενδημικές περιοχές.

Ο ταξιδιώτης συνιστάται:

- Να φορά φαρδιά ελαφρά ρούχα με μακριά μανίκια, μακριά παντελόνια, ψηλές κάλτσες, και, επιπλέον, σε εξωτερικούς χώρους, κλειστά παπούτσια και καπέλο.
- Να χρησιμοποιεί στο ακάλυπτο δέρμα εντομοαπωθητικά, όπως DEET (N-diethyl-m-toluamide) σε συγκέντρωση 30-50%. Για τον ψεκασμό των ρούχων του (όχι απευθείας στο δέρμα) να χρησιμοποιεί εντομοκτόνα σκευάσματα, όπως περμεθρίνη, τετραμεθρίνη, αλλεθρίνη κ.α.
- Να χρησιμοποιεί εντομοκτόνα σκευάσματα (σπρέι, φιδάκια, ταμπλέτες) στους χώρους που πρόκειται να καταλύσει.
- Να χρησιμοποιεί κουνουπιέρα κατά τις ώρες του ύπνου. Συστήνεται η κουνουπιέρα να ψεκάζεται με εντομοκτόνο.
- Μετά την επιστροφή από περιοχή με κρούσματα από ιό, ο ταξιδιώτης συνιστάται να παρακολουθεί την υγεία του για 12 ημέρες. Αν κατά τη διάρκεια αυτών των ημερών παρουσιαστεί πυρετός, πονοκέφαλος, ερυθρότητα στα μάτια, εξάνθημα, μυαλγίες και αρθραλγίες, συνιστάται να αναζητήσει ιατρική βοήθεια και να ενημερώσει τον γιατρό για το ταξιδιωτικό του ιστορικό.

Ο ιός Ζίκα μοιάζει με τον ιό που προκαλεί τον δάγκειο πυρετό, και μεταδίδεται, όπως και ο δάγκειος πυρετός, με δείγμα μολυσμένου κουνουπιού. Τα συμπτώματα της νόσου περιλαμβάνουν πυρετό, πονοκέφαλο, ερυθρότητα στα μάτια, εξάνθημα, μυαλγίες και

αρθραλγίες. Ο χρόνος επώασης της νόσου κυμαίνεται από 2-7 ημέρες. Η νόσος είναι συνήθως ήπια και διαρκεί 4-7 ημέρες. Δεν υπάρχει εμβόλιο ή φαρμακευτική αγωγή για την προφύλαξη από τη νόσο. Όπως αναφέρει το ΚΕΕΛΠΝΟ η συσχέτιση του ιού Ζίκα με την εμφάνιση περιστατικών μικροκεφαλίας στη Βραζιλία και περιπτώσεων Guillain Barré στη γαλλική Πολυνησία βρίσκεται υπό διερεύνηση.