

# Očkovanie pred cestou do zahraničia

Chystáte sa na dovolenku alebo ďalekú pracovnú cestu? V súčasnosti zaznamenávame výrazné zvýšenie cestovného ruchu. Ľudia cestujú z pracovných, rekreačných, sociálnych a humanitárnych dôvodov. Zaočkovať sa určite oplatí hlavne pri ceste do krajín s nižším hygienickým štandardom.

Očkovaniu je potrebné venovať náležitú pozornosť a dostatočný časový priestor. Nakoľko je potrebné dodržiavať odporúčané intervaly medzi očkovaniami a pre kombinácie vakcín platia určité pravidlá, je vhodné konzultovať očkovanie minimálne 6-8 týždňov pred odchodom, pred dlhodobým pobytom v zahraničí aj skôr. Lekár podľa krajiny, charakteru pobytu (mesto, vidiek), trasy, dĺžky pobytu, spôsobu cestovania, stravovania, ubytovania, predchádzajúcich očkovaní a aj podľa Vášho zdravotného stavu zostaví individuálny očkovací plán. V prípade návštevy krajín, kde sa vyskytuje malária odporučí aj antimalarické lieky, ktoré je potrebné počas pobytu užívať. Avšak ani v prípade, že cestujete na „last minute“, by ste túto konzultáciu nemali vynechať.

Očkovanie môžeme rozdeliť na povinné podľa medzinárodne platných predpisov, na očkovanie vyžadované niektorými krajinami a očkovanie odporúčané, zvlášť pre krajiny s nízkou hygienickou úrovňou.

Každý cestovateľ by si mal ešte pred návštevou očkovacieho centra skontrolovať, či má platné očkovanie proti tetanu, záškrtu a detskej obrne. Tieto informácie mu poskytne jeho ošetrujúci lekár, ak uplynula platnosť očkovania, preočkuje ho. Platnosť očkovania proti tetanu a záškrtu je 15 rokov.

Najprv sa vykoná **povinné očkovanie**. Medzi povinné očkovanie pre cestovateľov patrí iba očkovanie proti žltej zimnici. Musí sa vykonať najneskôr 10 dní pred príchodom do endemickej oblasti. Je to interval, za ktorý sa vytvoria protilátky, ktoré chránia pred ochorením. Platnosť očkovania je 10 rokov. Po aplikácii očkovacej látky proti žltej zimnici nie je možné mesiac vykonať ďalšie očkovanie.

K povinným očkovaniam možno eventuálne priradiť aj očkovanie pútnikov odchádzajúcich do Mekky a Mediny v Subsaharskej Arábii.

**Pokiaľ je absolvovanie očkovania pri vstupe do určitej krajiny povinné, musí byť zapísané do Medzinárodného očkovacieho preukazu – tento Vám môže vydať jedine očkovacie centrum.** Očkujúci lekár tam vypíše iniciály očkovanej osoby (meno, priezvisko, dátum narodenia, pohlavie, štátnu príslušnosť), názov ochorenia, proti ktorému sa očkuje, názov očkovacej látky, výrobné číslo a šaržu, dátum očkovania, dátum odkedy dokedy je očkovanie platné, pridá svoj podpis a otláči tam úradnú guľatú pečiatku očkovacieho centra. Pri očkovaní proti žltej zimnici sa do preukazu vlepí štítok z očkovacej látky. Očkovanec podpisom potvrdí, že absolvoval očkovanie.

Ako ďalšie sa vykonávajú **očkovanie odporúčané**. K nim patrí očkovanie proti žltáčke typu A a B, brušnému týfusu, detskej obrne, záškrtu, meningokokovej meningitíde, besnote, japonskej encefalitíde, cholere a chrípke.

Odporúčané a pravidelné očkovanie môže vykonávať a zaznamenať do medzinárodného očkovacieho preukazu aj ošetrujúci lekár cestujúcej osoby. Takéto očkovanie lekár potvrdí svojim podpisom a pečiatkou. V tomto prípade sa nevyžaduje úradná pečiatka očkovacieho centra.

Očkovanie však nechráni cestovateľa pred všetkými infekčnými chorobami. Môže ochorieť na nákazu, proti ktorej nie je vyvinutá očkovacia látka. Preto je potrebné, aby sa oboznámil s rizikami chorôb v navštívenej oblasti a možnosťami ich prevencie.

Na Slovensku existujú celkom štyri centrá označované ako centrá pre cudzokrajné choroby a cestovnú medicínu, resp. ako polikliniky cudzokrajných chorôb. V týchto zdravotníckych zariadeniach môže byť každý následne aj zaočkovaný. Takéto očkovanie sa nehradí zo zdravotného poistenia. Zásadne ho hradí ten, kto o to žiada, buď zamestnávateľ (v prípade služobnej cesty), alebo občan (v prípade súkromnej cesty).

Prehľad o tom, aké očkovania sú v jednotlivých krajinách odporúčané alebo povinné nájdete na <http://www.medicus.sk/icesty.htm>

Informácie o očkovaní poskytuje Úrad verejného zdravotníctva SR v Bratislave alebo regionálne úrady verejného zdravotníctva v celej SR, ale očkovanie nevykonávajú.

Pri všetkých ochoreniach, ktorým je možné predísť preventívnym očkovaním platí, že podanie vakcíny je významným, ale nie jediným spôsobom prevencie. Žiadne očkovanie neposkytuje 100% ochranu všetkým zaočkovaným. Spolu s očkovaním výrazne napomáhajú zníženiu rizika nákazy a

ochorenia dodržiavanie pravidiel osobnej hygieny a hygieny stravovania, ochrana pred hmyzom a ďalšie opatrenia.

Bližšie informácie o očkovaní môžete nájsť na nasledujúcich www stránkach:

[www.health.gov.sk](http://www.health.gov.sk)  
[www.ockovanie.sk](http://www.ockovanie.sk)  
[www.uvzsr.sk](http://www.uvzsr.sk)  
[www.zdravie.sk](http://www.zdravie.sk)  
[www.medicus.sk](http://www.medicus.sk)  
[www.zdravotnictvo.sk](http://www.zdravotnictvo.sk)  
[www.epis.sk](http://www.epis.sk)  
[www.centrumzdravia.sk](http://www.centrumzdravia.sk)  
[www.vakciny.net](http://www.vakciny.net)  
<http://www.zdravinacestach.cz/>  
<http://www.ockovacentrum.cz/cz>

Kontakty na očkovacie centrá:

Poliklinika cudzokrajných chorôb, Zama s.r.o.,  
Americké námestie 3,  
811 08 Bratislava,  
tel. č.: 02/52962732, 52925688  
fax: 02/52962732  
[www.cudzokrajne.sk](http://www.cudzokrajne.sk)

Fakultná nemocnica Košice  
Stredisko pre cudzokrajné choroby  
Rastislavova 43  
041 90 Košice  
tel. č.: 055/62 252 51-5  
[www.unlp.sk](http://www.unlp.sk)

Fakultná nemocnica Martin  
Oddelenie pre cudzokrajné choroby  
Kollárova 2  
036 59 Martin  
tel. č.: 043/42 03 522  
[www.jfmed.uniba.sk/](http://www.jfmed.uniba.sk/)

Inštitút očkovania a cestovnej medicíny s.r.o.  
Teslova 33  
821 02 Bratislava,  
tel. č.: 02/244 635 473  
Mobil: 0915889054  
[www.inocem.sk](http://www.inocem.sk)