

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Polacy nieświadomi ryzyka chorób tropikalnych



Tylko połowa turystów wyjeżdżających do krajów tropikalnych trafia do ośrodków medycyny podróży. Mimo że odpowiedni dobór szczepień przez lekarza jest podstawą bezpiecznej egzotycznej wyprawy. Brak obowiązku szczepień w danym kraju nie jest równoznaczny z brakiem ryzyka zachorowania, a to właśnie zalecane szczepionki, a nie obowiązkowe, chronią przed większością groźnych egzotycznych chorób. Ich wybór zależy nie tylko od kraju podróży, lecz także od regionu, pory roku czy stanu zdrowia turysty.

- Szczepienia obowiązkowe w podróżach międzynarodowych są narzucone przez międzynarodowe przepisy zdrowotne WHO i mają na celu przede wszystkim ochronę mieszkańców krajów tropikalnych przed chorobami i epidemiami. Podróżny, udając się do krajów objętych obowiązkiem szczepień, musi go wypełnić, aby mieć możliwość przekraczania granic - podkreśla w rozmowie z agencją informacyjną Newseria Biznes dr Agnieszka Wroczyńska z Krajowego Ośrodka Medycyny Tropikalnej w Gdyni.

W części krajów Afryki oraz Ameryki Południowej i Środkowej obowiązkowe jest szczepienie przeciw żółtej febrze. Wirusowa gorączka krwotoczna przenoszona przez komary w tropiku jest zagrożeniem przede wszystkim w porze deszczowej.

Część krajów wymaga też, by każdy podróżny był pełni uodporniony na polio za pomocą szczepień podstawowych. Większość Polaków taką szczepionkę otrzymuje w dzieciństwie, ale niekiedy konieczne jest szczepienie przypominające. Jest ono obowiązkowe w Nepalu niezależnie od długości pobytu, a w Afganistanie, Nigerii i Pakistanie przy pobycie powyżej 4 tygodni, jednak zaleca się wykonać przypominające szczepienie przed wyjazdem do wszystkich tropikalnych krajów.

- Wymogi zmieniają się praktycznie co 3 miesiące, kiedy WHO ogłasza aktualną listę krajów objętych obowiązkiem szczepień i zaleceniami odnośnie do tego szczepienia. Warto na bieżąco śledzić takie informacje i przed każdą podróżą konsultować się w poradni medycyny podróży - radzi Wroczyńska. - Państwa w tropiku mogą jednak w każdej chwili zmienić swoje wymogi i dostosować je do sytuacji epidemiologicznej, trzeba się wówczas liczyć z nowymi obowiązkami.

W większości krajów, jeśli nie ma zagrożenia epidemiologicznego, inne szczepienia nie są wymagane, za to zalecanych jest wiele innych.

- Brak obowiązku szczepień w podróżach międzynarodowych w danym kraju tropikalnym nie jest równoznaczny z brakiem ryzyka zachorowania. To błąd często popełniany przez podróżnych: turyści utożsamiają szczepienia obowiązkowe z tymi najważniejszymi, podczas gdy są one wymagane ze względów epidemiologicznych. Zdrowie indywidualnego turysty chronią właśnie szczepienia zalecane, ich brak nie wiąże się z żadnymi konsekwencjami prawnymi czy też problemami na granicach, natomiast obniża bezpieczeństwo podróży - tłumaczy dr Agnieszka Wroczyńska.

Eksperti radzą, by przed wylotem w egzotyczne kierunki zaszczepić się na wirusowe zapalenie wątroby typu A i B, błonicę, tężec, dur brzuszny, meningokokowe zapalenie opon

mózgowo-rdzeniowych, wściekliznę czy kleszczowe zapalenie mózgu.

Zakres szczepień przed podróżą najlepiej ustalić podczas specjalistycznej konsultacji lekarskiej. Wybór szczepień zależy m.in. od sytuacji epidemiologicznej danego kraju, czasu trwania i celu podróży oraz konkretnego miejsca pobytu.

- Inne szczepienia zalecane są w niektórych krajach w porze suchej, inne w porze deszczowej. Istotny jest plan i charakter podróży, warunki pobytu i noclegu, podróże z turystyką aktywną, ekstremalne, planowane safari - to wszystko wpływa na wybór szczepień przed podróżą. Równie ważny jest stan zdrowia turysty, ewentualne choroby przewlekłe, alergie i wiek - wymienia ekspertka Krajowego Ośrodka Medycyny Tropikalnej.

Przygotowania do wyjazdu najlepiej rozpocząć 6-8 tygodni przed podróżą. Tyle czasu wystarczy, by wykonać obowiązkowe i zalecane szczepienia. Nawet miesiąc może się okazać wystarczający, jeśli jednak szczepienia zostawiamy na ostatnią chwilę, części może nie udać się wykonać.

Jak wskazuje Wroczyńska, w większości dużych miast działają poradnie medycyny podróży z punktem szczepień. Porady i listę placówek można znaleźć też w internecie, m.in. na stronie SzczepieniaDlaPodrozujacych.pl.

- Podróżnicy pozytywnie podchodzą do możliwości ochrony własnego zdrowia, jaką dają szczepienia. Jednak badania prowadzone przez lekarzy w Polsce wykazują, że zaledwie połowa osób, które potrzebowałyby takiej profilaktyki, trafia do ośrodków medycyny podróży. Wiedza z tego zakresu jest jeszcze nowością dla polskich turystów i warto więcej o niej mówić. Im więcej podróżny wie o chorobach tropikalnych, tym chętniej podchodzi do profilaktyki - przekonuje dr Agnieszka Wroczyńska.

Źródło: www.newseria.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/27622.html>



15-06-2026

Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł

Fundacja na rzecz Nauki Polskiej (FNP) ogłosiła listę .



15-06-2026

[Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#)

Do 21 sierpnia trwa nabór na studia podyplomowe "Komunikacja naukowa i popularyzacja nauki".



15-06-2026

[Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#)

W polskim finale konkursu FameLab.



15-06-2026

[Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#)

Oraz wycofanie z relacji społecznych.



15-06-2026

Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku

Może skracać sen lub utrudniać zasypianie.



15-06-2026

Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków

Wskazał w rozmowie z PAP psycholog dr Michał Kosakowski z UAM.



15-06-2026

Nieufność wobec szczepień ma źródła psychologiczne

Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych narzędzi ochrony zdrowia publicznego.



15-06-2026

[Prof. Agnieszka Chacińska z Nagrodą Polskiej Akademii Nauk](#)

Biolożka molekularna i dyrektorka Międzynarodowego Instytutu PAN

Informacje dnia: [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#) [Stu najzdolniejszych naukowców dostanie ponad 3 mln zł](#) [Trwa nabór na studia dla popularyzatorów nauki](#) [Znamy najlepszych młodych popularyzatorów nauki](#) [Aż połowę studentów cechuje negatywna emocjonalność](#) [Kofeina wpływa na jakość nocnego wypoczynku](#) [Myślenie spiskowe towarzyszy człowiekowi od wieków](#)

Partnerzy