

Spis treści

Wstęp	7
-----------------	---

Rozdział 1

Przygotowania do wyjazdu	11
1. Porada lekarska	11
2. Szczepienia zalecane i obowiązkowe	13
3. Chemioprophylaktyka przeciwmalaryczna	27
4. Apteczka podróżna	40
5. Ubezpieczenie	43

Rozdział 2

Profilaktyka zdrowotna w podróży	44
1. Aklimatyzacja	45
2. Higiena osobista	46
3. Ubiór	47
4. Zakwaterowanie	47
5. Higiena wody, żywności i żywienia	48

Rozdział 3

Występowanie zagrożeń zdrowotnych w poszczególnych regionach świata	57
---	----

Rozdział 4

Choroby zakaźne i pasożytnicze w podróży	97
1. Choroby transmisyjne	97
2. Choroby przenoszone drogą pokarmową	139
3. Choroby przenoszone drogą oddechową	158
4. Choroby przenoszone drogą płciową lub drogą kontaktu z zakażoną krwią	161
5. Choroby odzwierzęce	176
6. Choroby przenoszone drogą kontaktu z zarażoną/zakażoną wodą lub ziemią	182
7. Choroby skóry	184

Rozdział 5

Inne problemy zdrowotne w podróży	209
1. Transport powietrzny, lądowy i morski	209
2. Wypadki komunikacyjne	211
3. Napady i rozboje	212
4. Niebezpieczne zwierzęta morskie i lądowe	213
5. Nurkowania rekreacyjne	224
6. Urazy cieplne	228
7. Warunki wysokogórskie	234

Rozdział 6

Po powrocie z podróży	252
Skrócony indeks jednostek chorobowych	256
Szczepienia zalecane i obowiązkowe w poszczególnych krajach świata	260
Mapy endemiczne	264
Mapy fizyczne	276