

Июнь 2025 г.

## Уважаемые семьи!

Что бы вы ни планировали этим летом, — остаться в г. Нью-Йорке или отправиться в путешествие, — обеспечьте безопасность и сохраните здоровье своей семьи! В поездках могут понадобиться дополнительные меры предосторожности в связи с повышенным риском заразиться некоторыми инфекционными заболеваниями. Например, по всему миру отмечаются вспышки кори, а в странах Карибского бассейна, Центральной и Южной Америке — лихорадки денге.

## Советы по обеспечению безопасности летом и в поездках Защищайтесь от инфекций, вызываемых укусами насекомых. В лесистых и заросших кустарником районах США распространены клещи. Они могут передавать такие заболевания, как болезнь Лайма. Комары могут быть переносчиками вируса Западного Нила в США, а также малярии и лихорадки денге за пределами США. Используйте репелленты, содержащие диэтилтолуамид (ДЭТА), пикаридин, IR3535 или эфирное масло лимонного эвкалипта. Обрабатывайте вещи перметрином и носите рубашки с длинными рукавами, длинные брюки, обувь с закрытым носком и головные уборы. Находясь за пределами США, в регионах, где отмечаются случаи заболевания малярией, лихорадкой денге и другими переносимыми комарами заболеваниями, во время ночевки используйте противомоскитную сетку. Для получения более подробной информации о клещах посетите сайт: nyc.gov/health/ticks. Жаркая погода может быть опасной. Носите легкую и свободную одежду. Оставайтесь в прохладном месте, в тени и в местах, куда не попадают прямые солнечные лучи. Даже несколько часов в помещении с кондиционерами могут снизить риск провоцируемых жарой заболеваний. Пейте много жидкостей, даже если не испытываете жажду, и избегайте употребления сахаросодержащих напитков. Для получения более подробной информации посетите сайт: nyc.gov/health/heat. Обеспечивайте безопасность детей на воде. Наблюдайте за детьми, когда они плавают или играют в воде. Не заходите в воду, если в течение двух последних недель у вас была диарея. Напоминайте детям не глотать воду. Позаботьтесь, чтобы дети часто ходили в туалет. Заботьтесь о безопасности, если находитесь вблизи животных. Не гладьте и не кормите диких животных. Если вы хотите прикоснуться к собаке, кошке или другому домашнему животному, спросите разрешения у их хозяина. Дополнительные советы на случай поездки за границу Перед поездкой ознакомьтесь с содержанием портала «Краткая медицинская информация для путешествующих». Прочитайте конкретные медицинские советы для путешествующих на сайте gten.travel/trhip/trhip. Посетите своего поставщика медицинских услуг по меньшей мере за четыре недели до поездки. Если вы едете в регион, где отмечаются случаи заболевания малярией, брюшным тифом или гепатитом А, узнайте обо всех лекарственных препаратах или прививках, которые могут вам понадобиться. Младенцам в возрасте от 6 до 11 месяцев необходимо выполнить внеплановую дополнительную прививку против кори, а детям и взрослым — первую или вторую прививку. Убедитесь, что вам и вашим детям сделаны все плановые прививки. Избегайте заболеваний, сопровождающихся диареей. Пейте бутилированную воду или дезинфицируйте ее кипячением в течение не менее одной минуты. Не ешьте сырых фруктов или овощей, с которых нельзя снять кожицу. Мясо должно быть полностью прожарено или сварено и подаваться горячим.

С уважением,

Shama Ahuja, PhD, MPH Помощник руководителя

Бюро инфекционных заболеваний (Bureau of Communicable Diseases)