

Spis treści

Wstęp 7

Rozdział I

Przygotowania do wyjazdu 11

Porada lekarska 11

Szczepienia obowiązkowe i zalecane 12

Chemioprophylaktyka przeciwmalaryczna 36

Apteczka podróżna 56

Ubezpieczenie 58

Rozdział II

Kobieta ciężarna w podróży 59

Rozdział III

Dziecko w podróży 67

Rozdział IV

Profilaktyka zdrowotna w podróży 75

Aklimatyzacja 76

Higiena osobista 77

Ubiór 78

Zakwaterowanie 78

Higiena wody, żywności i żywienia 79

Rozdział V

Występowanie zagrożeń zdrowotnych w poszczególnych regionach świata 81

Rozdział VI

Choroby zakaźne i pasożytnicze w podróży 111

Choroby transmisyjne 111

Choroby przenoszone drogą pokarmową 169

Choroby przenoszone drogą oddechową 204

Choroby przenoszone drogą płciową lub drogą kontaktu z zakażoną krwią 213

Choroby odzwierzęce 233

Choroby przenoszone drogą kontaktu z zanieczyszczoną wodą
lub ziemią 243

Choroby skóry 246

Rozdział VII

Inne problemy zdrowotne w podróży 271

Transport powietrzny, lądowy i morski 271

Wypadki komunikacyjne 273

Napady, rozboje i działania wojenne 274

Niebezpieczne zwierzęta morskie i lądowe 275

Nurkowania rekreacyjne 289

Urazy cieplne 293

Warunki wysokogórskie 299

Rozdział VIII

Po powrocie z podróży 309

Bibliografia 317

Skrócony indeks jednostek chorobowych i zagrożeń
zdrowotnych 325