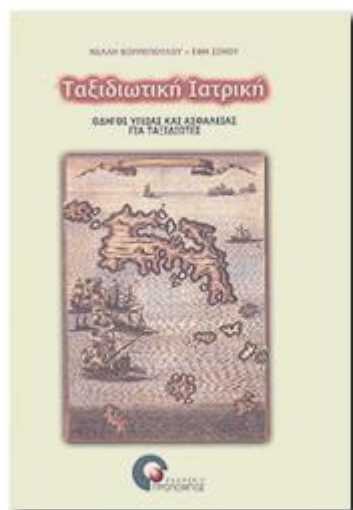


# ΤΑΞΙΔΙΩΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ

---



**Συγγραφείς:** Έφη Σίμου, Νέλλη Βοροπούλου

**Σχήμα:** 14x21

**Σελίδες:** 224

## **1. ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ**

- 1.1 Εύρος και φύση προβλημάτων υγείας κατά το ταξίδι
- 1.2 Παράγοντες κινδύνου σε ένα ταξίδι
- 1.3 Οδηγίες προετοιμασίας για τους ταξιδιώτες
- 1.4 Οδηγίες προετοιμασίας προς τους γονείς παιδιών 0-14 ετών
- 1.5 Υποχρεώσεις και δικαιώματα ταξιδιωτών
- 1.6 Μετά την επιστροφή

## **2. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ**

- 2.1 Εισαγωγή
- 2.2 Γενικά προβλήματα υγείας
- 2.3 Γενικά προβλήματα ασφάλειας

## **3. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ**

- 3.1 Ζέστη και υγρασία
- 3.2 Μεγάλο υψόμετρο
- 3.3 Υπεριώδεις ηλιακή ακτινοβολία
- 3.4 Ψύχος

## **4. ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠΟ ΛΟΙΜΩΔΗ ΝΟΣΗΜΑΤΑ**

- 4.1 Εισαγωγή
- 4.2 Νοσήματα που μεταδίδονται με το νερό
- 4.3 Πρόληψη νοσημάτων και συμπτωμάτων που οφείλονται σε Υδατογενώς Μεταδιδόμενα Νοσήματα
- 4.4 Νοσήματα και συμπτώματα που προκαλούνται από επαφή ή εισπνοή σταγονιδίων μολυσμένου νερού

- 4.5 Πρόληψη νοσημάτων και συμπτωμάτων που προκαλούνται από επαφή ή εισπνοή σταγονιδίων μολυσμένου νερού
- 4.6 Νοσήματα που μεταδίδονται με τις τροφές (Τροφιμογενώς Μεταδιδόμενα Νοσήματα)
- 4.7 Πρόληψη νοσημάτων που μεταδίδονται με τροφές
- 4.8 Νοσήματα και συμπτώματα που προκαλούνται ή μεταδίδονται από τα έντομα
- 4.9 Πρόληψη νοσημάτων και εκδηλώσεων που οφείλονται σε έντομα
- 4.10 Νοσήματα μεταδιδόμενα από τα ζώα (Ανθρωποζωνόσοι)
- 4.11 Πρόληψη των ανθρωποζωνόσων
- 4.12 Νοσήματα που μεταδίδονται από τον αέρα (Αερογενώς Μεταδιδόμενα Νοσήματα)
- 4.13 Πρόληψη Αερογενώς Μεταδιδόμενων Νοσημάτων
- 4.14 Νοσήματα που μεταδίδονται από το έδαφος
- 4.15 Πρόληψη νοσημάτων που μεταδίδονται από το έδαφος
- 4.16 Σεξουαλικά Μεταδιδόμενα Νοσήματα
- 4.17 Πρόληψη των Σεξουαλικά Μεταδιδόμενων Νοσημάτων
- 4.18 Αιματογενώς Μεταδιδόμενα Νοσήματα
- 4.19 Πρόληψη Αιματογενώς Μεταδιδόμενων Νοσημάτων

## **5. ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ ΜΕ ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ, ΠΡΟΫΠΑΡΧΟΝΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ (ΑμΕΑ)**

- 5.1 Εισαγωγή
- 5.2 Οδηγίες για βρέφη και μικρά παιδιά
- 5.3 Οδηγίες για ηλικιωμένους
- 5.4 Οδηγίες για γυναίκες
- 5.5 Οδηγίες για γυναίκες σε κατάσταση εγκυμοσύνης
- 5.6 Οδηγίες για άτομα με χρόνιες παθήσεις

## **6. ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ**

- 6.1 Συχνό πλύσιμο των χεριών
- 6.2 Εμβολιασμός

## **7. ΝΟΣΗΜΑΤΑ ΠΟΥ ΠΡΟΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΜΕ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ Ή ΧΕΙΜΕΙΟΠΡΟΦΥΛΑΞΗ**

- 7.1 Γρίπη
- 7.2 Εγκεφαλίτιδα από κρότωνες (Τσιμπούρια)
- 7.3 Ελονοσία
- 7.4 Ηπατίτιδα Α
- 7.5 Ηπατίτιδα Β
- 7.6 Ιαπωνική Εγκεφαλίτιδα
- 7.7 Κίτρινος πυρετός
- 7.8 Λοιμώξεις από Μηνιγγιτιδόκοκκο
- 7.9 Λοιμώξεις από Πνευμονιόκοκκο
- 7.10 Λύσσα
- 7.11 Νόσος του Lyme (Μπορελιώση)
- 7.12 Πανώλης
- 7.13 Τυφοειδής πυρετός
- 7.14 Φυματίωση
- 7.15 Χολέρα

## **8. ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΣΥΝΗΘΩΝ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΚΑΤΑ ΤΑ ΣΠΟΡ**

- 8.1 Καταδύσεις
- 8.2 Κολύμβηση
- 8.3 Σκι
- 8.4 Extreme sports

## **9. ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΣΥΧΝΟΤΕΡΩΝ ΕΚΤΑΚΤΩΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ ΚΑΤΑ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ**

- 9.1** Αιμορραγία από τη μύτη
- 9.2** Αφαίρεση αγκιστριού
- 9.3** Διάρροια των ταξιδιωτών
- 9.4** Εξωτερική αιμορραγία
- 9.5** Εγκαύματα
- 9.6** Ηλεκτροπληξία
- 9.7** Κατάγματα
- 9.8** Δάγκωμα ζώου
- 9.9** Δάγκωμα φιδιού
- 9.10** Πνιγμός
- 9.11** Τσίμπημα εντόμου
- 9.12** Τροχαίο ατύχημα

## **10. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΑΝΑ ΧΩΡΑ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΥ**

- 10.1** Εισαγωγή
- 10.2** Ευρώπη
- 10.3** Αφρική
- 10.4** Ασία
- 10.5** Ωκεανία
- 10.6** Αμερική

### **Πληροφορίες πρόσβασης στις υπηρεσίες υγείας της Ελλάδας**

Βιβλιογραφία - Χρήσιμες Ιστοσελίδες και Δικτυακοί Τόποι