



## ایمن سازی مسافرتی برای بزرگسالان Travel Immunizations for Adults

### حصبه

حصبه یک عفونت خطرناک و مهلک است که به وسیله‌ی باکتری حصبه ایجاد می‌شود. افراد با خوردن غذا و آب آشامیدنی آلوده به مدفوع به این بیماری مبتلا می‌شوند.

دو نوع واکسن حصبه وجود دارد - خوراکی (از راه دهان) و تزریقی. واکسن خوراکی به صورت چندین کپسول است که در منزل مصرف می‌شود. واکسن تزریقی فقط یک بار در کلینیک مسافرتی تزریق می‌گردد. برای اطلاعات بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #41j](#) واکسن تیفوئید.

### اسهال مسافرتی و وبا

اسهال مسافرتی و وبا توسط دو نوع باکتری مختلف، ایجاد می‌شوند. افراد با خوردن غذا و نوشیدن آب آلوده به این بیماری‌ها دچار می‌شوند. عفونت وبا اگر شدید باشد و درمان نشود، می‌تواند زندگی فرد را تهدید کند. دو نوع واکسن خوراکی (مایع و کپسول) برای این بیماری وجود دارد. این واکسن، در یک سری چند نوبتی در آب مخلوط می‌شود و در خانه مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای آگاهی بیشتر پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #41k](#) واکسن وبا و اسهال مسافر.

### آنفلانزا

آنفلانزا یا فلو به عفونت بینی، گلو و ریه گفته می‌شود که توسط ویروس آنفلانزا ایجاد می‌شود. آنفلانزا با سرفه، عطسه و تماس نزدیک چهره به چهره، به راحتی از شخصی به شخص دیگر منتقل می‌شود. اگر قصد دارید که در فصل آنفلانزا به سفر بروید، تزریق این واکسن توصیه می‌شود. فصل آنفلانزا در نیمکره‌ی شمالی از نوامبر تا آوریل و در نیمکره‌ی جنوبی از آوریل تا اکتبر است و در مناطق گرمسیری، در تمام طول سال احتمال ابتلا به آن وجود دارد. معمولاً یک نوبت از این واکسن برای بزرگسالان و دو نوبت از آن برای کودکان تجویز می‌شود. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #12d](#) واکسن آنفلانزای (فلو) غیر فعال.

### هپاتیت ب

هپاتیت ب یک بیماری عفونت کبد است که توسط ویروس هپاتیت ب ایجاد می‌شود و با مقاربت جنسی محافظت نشده، استفاده از سوزن مشترک یا در موارد نادر در اثر فرآورده‌های خونی آلوده ایجاد می‌شود.

اگر قصد مسافرت دارید، حداقل شش تا هشت هفته قبل از سفر برنامه‌های سفر خود را با واحد بهداشت همگانی، کلینیک مسافرتی یا مراقبتگر بهداشتی خود در میان بگذارید. اگر در یک منطقه‌ی روستایی زندگی می‌کنید که واکسن عرضه نمی‌شود، این موضوع اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. بیش‌تر واکسن‌های مسافرتی هزینه دارد و در اکثر موارد ممکن است حق ویزیت پزشک از شما گرفته شود.

سوابق تمامی واکسن‌هایی که در گذشته تزریق کرده اید را به کلینیک مسافرتی ببرید. مدرک واکسن‌های مسافرتی را نگه دارید و در سفر همراه خود داشته باشید.

### اگر قصد سفر داشته باشم، چه نوع ایمن سازی برای من لازم است؟

ایمن سازی (واکسیناسیون) مورد نیاز شما به جایی که قرار است بروید، مدت زمانی که می‌خواهید در آنجا بمانید و شیوه‌ی مسافرت شما بستگی دارد.

واکسن‌های زیر جزء ایمن سازی‌های متداولی هستند که برای مسافران بزرگسال توصیه می‌شود.

### فلج کودکان

فلج کودکان یک بیماری ناشی از عفونت با ویروس است. مردم با خوردن غذا یا نوشیدن آب آلوده به مدفوع، به این بیماری مبتلا می‌شوند. اگر می‌خواهید به مناطقی بروید که در آن فلج کودکان وجود دارد و پیش از این در مقابل این بیماری واکسینه نشده‌اید، یا اگر یک نوبت واکسن یادآور فلج کودکان دریافت نکرده‌اید، ممکن است لازم باشد که یک نوبت واکسن فلج کودکان غیرفعال (IPV) را تزریق کنید. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #13](#) واکسن فلج کودکان (IPV).

### هپاتیت آ

هپاتیت آ یک بیماری است که بر اثر عفونت کبد با ویروس هپاتیت آ ایجاد می‌شود. افراد با خوردن غذا یا آب آشامیدنی آلوده به این بیماری مبتلا می‌شوند. یک نوبت از واکسن هپاتیت آ می‌تواند در کوتاه مدت به خوبی از شما محافظت کند. نوبت دوم از این واکسن می‌بایست در مرحله‌ی بعد برای محافظت در تمام طول عمر تزریق گردد. واکسن ترکیبی هپاتیت آ و ب نیز موجود است. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #33](#) واکسن هپاتیت آ.

هیپاتیت ب می‌تواند به آسیب دائمی کبد بیانجامد و همچنین علت اصلی سرطان کشنده‌ی کبد است. اگر می‌خواهید به کشوری بروید که در آن هیپاتیت ب شایع است و قصد دارید که شش ماه یا بیشتر در آن کشور بمانید یا فکر می‌کنید که ممکن است در آن کشور ارتباط جنسی یا تماس خونی با ساکنان محلی داشته باشید، صرف نظر از مدت اقامت، توصیه می‌شود که واکسن هیپاتیت ب را تزریق کنید. این واکسن به صورت یک سری در دو یا سه نوبت مصرف می‌شود. واکسن ترکیبی هیپاتیت آ و ب موجود است. برای آگاهی بیشتر پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #25a](#) واکسن هیپاتیت ب.

### آنسفالیت ژاپنی

آنسفالیت ژاپنی یک عفونت خطرناک و مرگبار است که بر اثر ویروس ایجاد می‌شود و از طریق نیش پشه‌های آلوده گسترش می‌یابد. واکسن این بیماری گاهی برای مسافران که قصد سفر به مناطق روستایی برخی از کشورهای آسیایی را دارند توصیه می‌شود. این واکسن در یک سری دو نوبتی یا با آمپول با فاصله‌ی زمانی 28 روز تجویز می‌شود. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #41h](#) واکسن آنسفالیت ژاپنی.

### عفونت مننگوکوکی

عفونت مننگوکوکی یک عفونت خطرناک و مرگبار است که توسط باکتری مننگوکوکی ایجاد می‌شود. این عفونت با سرفه، عطسه و تماس نزدیک چهره به چهره از فردی به فرد دیگر منتقل می‌شود. همچنین وقتی افراد چیزهایی مانند غذا یا نوشیدنی را به صورت اشتراکی استفاده می‌کنند، این عفونت از طریق بزاق یا آب دهان منتقل می‌شود.

این واکسن به مسافرانی که قرار است به جاهایی مسافرت کنند که بیماری‌های همه گیر در آن مناطق شایع است و می‌خواهند با ساکنان محلی آن مناطق تماس نزدیک داشته باشند توصیه می‌شود. مناطق شیوع این بیماری ممکن است تغییر کند ولی معمولاً شامل بخش‌هایی از آفریقا و خاورمیانه می‌شود. مسافرانی که برای مراسم حج به مکه می‌روند، باید ده روز قبل از ورود به عربستان سعودی این واکسن را دریافت کنند. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #23a](#) واکسن توأم مننگوکوک-سی و [HealthLinkBC File #23b](#) واکسن های چهار ظرفیتی مننگوکوک.

### بیماری هاری

بیماری هاری یک عفونت مغزی است که در اثر انتقال ویروس از راه گاز گرفتن یا خراش توسط حیوان آلوده ایجاد می‌شود. برای مسافرانی که در خطر مواجهه با هاری هستند و همچنین برای بازدیدکنندگانی که می‌خواهند یک ماه یا بیشتر در مناطق با خطر بالای هاری، مثل بخش‌هایی از آمریکای لاتین، جنوب شرق آسیا، هند و آفریقا بمانند، واکسیناسیون توصیه می‌شود. کودکان به دلیل تمایلی که به بازی و دست زدن به حیوانات وحشی یا ولگرد دارند، در معرض خطر ابتلا به این بیماری هستند. برای آگاهی بیشتر پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #07a](#) هاری.

### تب زرد

تب زد یک بیماری ویروسی خطرناک و مرگبار است که با نیش پشه‌های آلوده منتقل می‌شود و در مناطق گرمسیری آفریقا و آمریکای جنوبی و مرکزی وجود دارد.

این واکسن در یک نوبت تجویز می‌شود و باید حداقل ده روز قبل از مسافرت به نواحی گرمسیری تزریق گردد. در کلینیک مسافرتی، یک سند مهردار به نام گواهی‌نامه‌ی بین المللی واکسیناسیون علیه تب زرد به شما داده می‌شود. این سند، یک مدرک رسمی است و یک الزام قانونی برای ورود به برخی از کشورها محسوب می‌شود. برای آگاهی بیشتر، پرونده زیر را ببینید: [HealthLinkBC File #41i](#) واکسن تب زرد.

### آگاهی بیشتر

برای دیدن لیست واکسن‌های مسافرتی که باید در هنگام سفر به یک کشور خاصی در نظر داشته باشید، به سازمان بهداشت همگانی کانادا رجوع کنید:

[www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/countries-pays/index-eng.php](http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/countries-pays/index-eng.php)