

Raccomandazioni per escursioni e viaggi

Se stai programmando un'escursione in montagna o un viaggio all'estero presta attenzione alle raccomandazioni sotto riportate.

Escursioni in montagna

Seguire sempre le misure di prevenzione sopra descritte per prevenire le punture delle zecche. Tornati a casa è importante controllare con attenzione il proprio corpo per verificare la presenza di zecche e rimuoverle correttamente. E' importante controllare anche eventuali animali domestici (es. cane). Per una delle malattie trasmesse dal morso di zecca è disponibile un vaccino.

Viaggi all'estero

Durante i viaggi è importante proteggersi. Soprattutto nei paesi tropicali, c'è il rischio di malattie trasmesse dalle zanzare (come dengue, chikungunya o zika) o da altri insetti.

Possibilmente 2-3 mesi prima di partire è importante prenotare una consulenza presso gli ambulatori di medicina dei viaggi. Durante la consulenza il personale esperto potrà dare informazioni utili per ridurre i rischi e raccomandare eventuali vaccinazioni.

Per 4 settimane dopo essere rientrati è importante controllare se compaiono alcuni sintomi particolari (es. febbre, malessere generale, dolore oculare, manifestazioni cutanee) e continuare ad utilizzare i repellenti cutanei. In presenza di sintomi rivolgersi al medico facendo presente il paese in cui si è stati.

Per informazioni consultare la sezione del Dipartimento di Prevenzione del sito web della propria ULSS

Per saperne di più:

[Visita il sito del Ministero degli Affari esteri e della Cooperazione Internazionali](#)