

В 2019 году весь мир узнал о COVID-19 — пандемии, которая изменила жизнь абсолютно всех людей. На протяжении почти двух лет люди не могут строить долгосрочные планы, особенно касающиеся отдыха за границей. Период отпусков в самом разгаре, и люди думают, куда в условиях пандемии можно поехать. В каких странах нужно сидеть 2 недели в карантине, а кто не требует никаких документов.

Летом 2021 года любители Египта смогут позагорать на самых любимых пляжах.

Власти Турции с 1 июня 2021 года упростили правила въезда. Теперь гражданам РФ с прививкой не нужно предъявлять справку об отрицательном ПЦР-тесте. Непривитые путешественники могут въехать со справкой об экспресс-тесте на антигены.

Однако из России возможно вылететь только в Каир, а вот до Шарм-эш-Шейха и Хургады добираться придется с пересадкой.

Далеко не всякое на первый взгляд приятное путешествие может закончиться благополучно. Экзотические страны – это в буквальном смысле рассадник всяких инфекций, к которым российский организм абсолютно неустойчив.

Тем, кто собирается на отдых в экзотические страны, специалисты советуют:

- Очувтившись на отдыхе в тропической стране, пейте только бутилированную воду.
- Купленные на рынке экзотические фрукты нужно либо чистить, либо варить.
- Употребляйте в пищу только те продукты, которые прошли термическую обработку. Сырые заморские деликатесы – не для вас.

Несколько правил безопасного отдыха

Автор: adm

01.07.2021 05:42 - Обновлено 09.11.2021 08:05

□ Отправляясь на пляж, не забудьте полотенце и пляжные тапочки. Ходить босиком, сидеть или лежать на тропическом песке – большой риск.

□ То же самое относится к купанию в кишасих разнообразными паразитами тропических пресноводных водоемах. Окунувшись разок в живописное озеро или речку где-нибудь в Центральной Африке, Южной Америке или Индии, не сомневайтесь: домой вы вернетесь с целой коллекцией шистосом (очень опасный вид экзотических паразитов, заползающих в кровеносные сосуды мочеполовых органов и прямой кишки).

□ По возможности старайтесь избегать комариных укусов (в тех странах, где они опасны). Накануне турпоездки запаситесь репеллентами, а по прибытии на место экзотического отдыха регулярно смазывайте ими все тело. Спать лучше под пологом (так надежнее), а на ночь включать фумигатор.

□ Если по возвращении из экзотического вояжа вам нездоровится, если у вас появилась слабость или даже незначительно поднялась температура, не тяните – идите к врачу. Помните: экзотические болезни часто маскируются под общеизвестные хвори и долгое время никак себя не выдают. Известны случаи, когда приобретенная на отдыхе зараза заявляла о себе через несколько лет после поездки в экзотическую страну.

Соблюдение этих правил во время отдыха поможет вам обезопасить себя от многих болезней.

Берегите свое здоровье и здоровье близких вам людей!