

Češi na cestách: zdravotní rizika, prevence a zdravotní obtíže po návratu (data z FNMH)

Data z dvouletého sledování Kliniky infekčních nemocí a cestovní medicíny FNMH ukazují, že největší část českých cestovatelů do tropických a rozvojových zemí, kteří konzultují zdravotní rizika před cestou, jsou mladí dospělí. Překvapivě však více než polovina cestovatelů, kteří přichází k předvýjezdovému poradenství trpí chronickým onemocněním, což může vést ke komplikacím během jejich pobytu v rizikových oblastech

I když většina cest trvá méně než měsíc a má turistický charakter, téměř 7 % cestovatelů vyhledá odbornou konzultaci až méně než týden před odjezdem. To snižuje možnosti účinné prevence.

Zatímco očkování a malarická profylaxe hrají v ochraně zdraví zásadní roli, mnoho cestovatelů tato opatření buď odmítá, nebo je podceňuje. Navíc studie ukazují, že se často vystavují i dalším zbytečným rizikům – například nebezpečné jízdě v noci, konzumaci pouličního jídla nebo pobytu ve volné přírodě bez adekvátní ochrany.

Po návratu z cest se více než polovina respondentů potýkala se zdravotními komplikacemi – nejčastěji se jednalo o zažívací a respirační obtíže. Ve vybraných případech lékaři diagnostikovali i závažné tropické infekce, například dengue, malárii, Ziku či vybrané parazitární infekce. Některé z těchto onemocnění si dokonce vyžádaly hospitalizaci.

Zjištění potvrzují, že kvalitní, včasná a individuálně přizpůsobená cestovní konzultace spolu s dostupností odborné péče po návratu mohou výrazně snížit zdravotní rizika spojená s cestováním. Doporučujeme, aby lidé plánující cesty do rizikových oblastí nepodceňovali prevenci a vyhledali odborné poradenství s dostatečným předstihem.

Hlavní zjištění ze 3 různých studií provedených u cestovatelů ve FNMH:

1) Předvýjezdové poradenství ve FNMH: profil cestovatele

V období září 2022 až prosince 2024 absolvovalo **předvýjezdové poradenství ve FNMH** celkem **2317 cestovatelů**. Studie poskytuje podrobný přehled o jejich zdravotním stavu, cílových destinacích, délce pobytu, očkování i doporučené profylaxi proti malárii.

- **Věk cestovatelů:** medián 31 let, nejčastější věková skupina 20–29 let (37 %)
- **Děti <18 let:** 8,2 %, **senioři >60 let:** 8,5 %
- **Pohlaví:** muži 49 %, ženy 51 %
- **Chronické onemocnění** uvádělo 58,2 %, nejčastěji:
 - alergie (38,5 %)
 - hypertenze (10,1 %)
 - onemocnění GIT, plic a psychické potíže

Cíle cest a důvody výjezdu

- **Nejčastější destinace:**
 - **Jihovýchodní Asie** (34,4 %) – Thajsko, Vietnam, Indonésie
 - **Subsaharská Afrika** (22,7 %) – Keňa, Tanzanie, JAR
 - **Latinská Amerika** (16,6 %) – Peru, Brazílie, Mexiko
- **Typ cesty:**
 - 83,3 % turistických
 - 8,0 % pracovních
 - ostatní: studijní, dobrovolnické, návštěvy příbuzných
- **Délka pobytu:** medián 17 dnů, 85,4 % cest trvalo <30 dnů
- **Na konzultaci přišlo pozdě** (do 7 dnů před odjezdem): 6,9 %

Očkování a antimalarická profylaxe

- **Nejčastěji podaná očkování:**
 - Břišní tyfus (1660×)
 - Hepatitida A (1056×)
 - Tetanus/Tdap (655×)
 - Vztekлина (804×) – zejména při cestách do Asie a Afriky
- **Nízký zájem:**
 - Japonská encefalitida (11×)
 - Cholera (18×)
- **Chemoprofylaxe proti malárii:**
 - Plná profylaxe: 21,7 %
 - Stand-by léčba: 11,4 %
 - Nejčastěji při cestách do subsaharské Afriky

2) Rizika a zdravotní obtíže na cestách: dotazníková studie

Ze 1291 oslovených cestovatelů se po návratu zúčastnilo dotazníkového šetření 410 osob (31,8 %). Výsledky popisují nejčastější rizika a zdravotní obtíže.

Rizikové chování během cesty

- 74,6 % konzumovalo čerstvé saláty a freshe
- 63,2 % pilo nápoje s ledem
- 58,5 % jedlo pouliční stravu
- 11,0 % přiznalo konzumaci nedostatečně tepelně upraveného masa
- 46,3 % jelo autem/motorkou v noci
- 21,7 % kempovalo ve volné přírodě
- 13,4 % se věnovalo vysokohorské turistice

Zdravotní obtíže během cesty

- **66,3 %** mělo zdravotní potíže (272/410)
- **Nejčastější příznaky:**
 - průjem (38,3 %), bolesti hlavy (21,0 %)
 - rýma (19,8 %), kašel (13,4 %), bolesti břicha (12,7 %), horečka (12,0%)
- **Neinfekční problémy:**
 - kožní projevy po insolaci (27,8 %), výšková nemoc (6,1 %), úrazy (4,4%)
- dopravní nehoda (1,2 %), poranění zvířetem (1,0 %)
- **Lékařské ošetření během cesty:** 3,2 %
- **Hospitalizace:** 0,5 %

3) Zdravotní obtíže u cestovatelů ošetřených ve FNMH

Studie analyzovala 482 pacientů, kteří byli vyšetřeni po návratu z rizikových oblastí na Klinice infekčních nemocí a cestovní medicíny FNMH v období od září 2022 do prosince 2024.

- **Medián věku:** 37 let, muži: 47,9 %
- **Hospitalizace:** 18,3 %

Nejčastější diagnózy:

- Průjemová onemocnění: 36,7 %
- Horečnaté stavy: 23,2 %
- Kožní onemocnění: 20,1 %
- Respirační infekce: 15,8 %

Tropické infekce (14,3 %)

- Dengue (8,3 %), malárie (2,5 %), larva migrans cutanea (1,2 %)
- Ankylostomóza, Zika, břišní tyfus – jednotlivé případy

Preventabilní infekce (18,0 %)

- • Dengue (8,3 %), chřipka (2,7 %), malárie (2,5 %), covid-19 (1,0 %)