

Consells de salut durant el seu viatge



AIGUA



Beure aigua tractada o embotellada



ALIMENTACIÓ



Menjar aliments cuinats i fruita que puguis pelar



Evitar menjar aliments crus i beure llet fresca



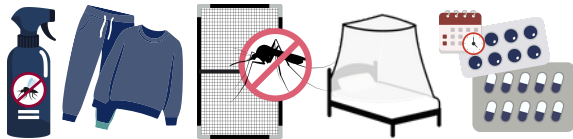
BANYS EN AIGÜES DOLCES



Evitar banyar-se en aigües dolces, per exemple, rius, llacs, llacunes o tolles



MOSQITS I PALUDISME



Evitar exposar-se als mosquits a la sortida del sol i capvespre



PER PREVENIR LA RÀBIA



NO apropiar-se a animals desconeguts, no tocar-los ni acariciar-los



EN CAS DE MOSSEGADA O ESGARRAPADA



Rentar-se immediatament amb aigua i sabó, acudir sense demora a un centre de salut i seguir el tractament



EN CAS DE FEBRE A LA SEVA TORNADA



En cas de febre, calfreds, mal de cap o muscular, acudir sense demora a un centre de salut

Dubtes i qüestions: 973 03 22 86 (Centre de Vacunacions Internacionals de Lleida)

ics.gencat.cat



Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Generalitat
de Catalunya