Wietnam

Lista przed wyjazdem: komary, szczepienia, co spakować

Choroby przenoszone przez komary

- Denga, zika i chikungunya w całym kraju
- Japońskie zapalenie mózgu, najwięcej przypadków V-X, zwłaszcza na północy
- Malaria: niskie ryzyko w prowincjach Tay Ninh, Lam Dong, Dak Lak, Gia Lai, Kon Tum i na wsi
- Brak malarii w Hanoi, Ho Chi Minh, na wybrzeżu na północ od Nha Trang i na Phu Quoc

Szczepienia do omówienia z lekarzem medycyny podróży

- Brak wymogu świadectwa żółtej gorączki
- Zalecane większości: WZW typu A, dur brzuszny, przypomnienie przeciw tężcowi
- Zależnie od trasy: japońskie zapalenie mózgu, wścieklizna, WZW typu B

Przed wyjazdem

- [ ] Wizyta w poradni medycyny podróży kilka tygodni przed wylotem
- [ ] Sprawdzenie komunikatu MSZ dla kraju (gov.pl, Informacje dla podróżujących)
- [ ] Sprawdzenie, czy dzieci mają komplet szczepień, także przeciw odrze

Do spakowania

- [ ] Kapelusz z moskitierą na trekking i rejs
- [ ] Repelent z DEET 50% dla dorosłych (spray lub roll-on)
- [ ] Spray 9,5% DEET dla dzieci od 2 lat (jeśli jedzie dziecko)
- [ ] Mugga Elektro z zapasowym wkładem do pokoju
- [ ] Balsam kojący po ukąszeniach
- [ ] Krem z filtrem (nakładaj przed repelentem)
- [ ] Apteczka podróżna z opatrunkami
- [ ] Adapter do gniazdek (sprawdź typ gniazdek w kraju)

Po powrocie

- Gorączka w ciągu kilku tygodni po powrocie: pilnie do lekarza i powiedz o podróży

Pełny poradnik: muggaonline.pl/komary-w-wietnamie/

Źródła: TravelHealthPro (NaTHNaC), Medycyna Praktyczna, WHO, MSZ. Stan na: listopad 2026. Materiał informacyjny, nie zastępuje porady lekarza. Stosuj produkty biobójcze ostrożnie, przed użyciem przeczytaj etykietę.