

Gorączka po wakacjach?

Karta różnicowania chorób przenoszonych przez komary

Gorączka po powrocie z podróży nie zawsze oznacza WNV. Ta karta pomaga wstępnie zorientować się, co może przenosić komar w danym regionie, i podpowiada, kiedy sprawa jest pilna. Nie zastępuje badania lekarskiego.

Karta różnicowania - komary jako wektor

Choroba	Wektor (pora ukąszeń)	Okres wylegania	Objawy i uwaga
Wirus Zachodniego Nilu (WNV)	Komar Culex (zmierzch-świt)	2-14 dni	Zwykle bezobjawowo; gorączka, ból głowy i mięśni, czasem wysypka. Rzadko postać neuroinwazyjna (zapalenie mózgu lub opon) u osób po 50. r.ż.
Denga	Komar Aedes (dzień)	4-10 dni	Wysoka gorączka, silny ból głowy i za oczami, bóle mięśni i stawów, wysypka. Objawy alarmowe (krwawienia, spadek płytek) = ciężka denga.
Chikungunya	Komar Aedes (dzień)	3-7 dni	Nagła gorączka i silny ból stawów (dłonie, stopy, nadgarstki). Ból stawów bywa długotrwały - tygodnie lub miesiące.
Malaria	Komar Anopheles (noc)	7-30 dni (czasem dłużej)	Nawracająca gorączka z dreszczami i potami, osłabienie. STAN NAGŁY - malaria tropikalna zagraża życiu, wymaga pilnej diagnostyki.

Kiedy pilnie zgłosić się do lekarza

- Sztywność karku, silny ból głowy, zaburzenia świadomości lub drgawki (podejrzenie neuroinfekcji).
- Wysoka gorączka po powrocie z tropiku - zawsze wyklucz malarię (to stan nagły).
- Krwawienia, wybroczyny, narastające osłabienie po pobycie w strefie dengi.
- Gorączka u osoby po 60. r.ż., z obniżoną odpornością lub po przeszczepie.

Checklista profilaktyki przeciw komarom

- ☐ Repelent na odkrytą skórę (DEET lub ikarydyna) - nakładany wg instrukcji.
- ☐ Repelent lub permetryna na odzież, zwłaszcza w rejonach ryzyka.
- ☐ Długi rękaw i długie nogawki o zmierzchu i o świcie.
- ☐ Moskitiera w oknach oraz nad łóżkiem (szczególnie w podróży).
- ☐ Usunięcie stojącej wody wokół miejsca pobytu - to miejsca lęgu komarów.
- ☐ Klimatyzacja lub wentylator - ograniczają aktywność komarów w pomieszczeniu.
- ☐ Sprawdzenie komunikatów ECDC i GIS o sytuacji w regionie przed wyjazdem.

Materiał informacyjny, nie zastępuje porady lekarskiej. Dane epidemiologiczne zmieniają się w trakcie sezonu - przed podróżą sprawdź aktualne komunikaty ECDC i GIS.

Materiał pochodzi z serwisu wsparciedlaszpitala.pl

<https://wsparciedlaszpitala.pl/higiena/goraczka-zachodniego-nilu-komary-2026-objawy-profilaktyka/>