

## SPØR VÅRE EKSPERTER

om reisetips, planlegging,  
vaksine, bærekraftig turisme  
og forbrukerrettigheter.

Send spørsmål til:

[info@magasinetreiselyst.no](mailto:info@magasinetreiselyst.no)

Kun spørsmål som kommer  
på trykk, blir besvart.

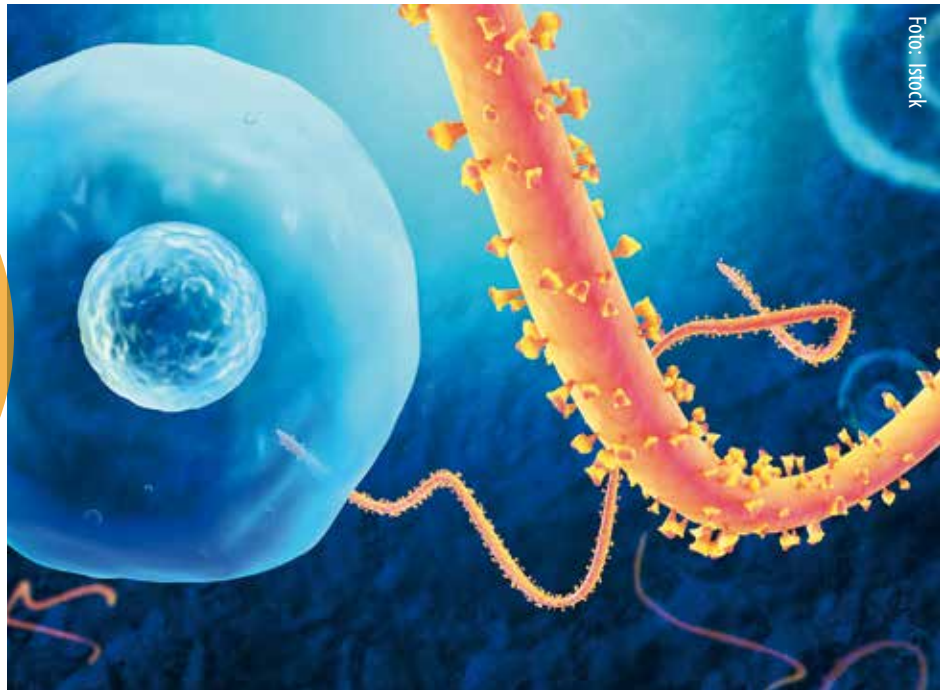


Foto: iStock

## REISER I EBOLA-TIDER

*Aviser og nyhetssendinger har vært preget av Ebola i flere måneder. Men hva er egentlig Ebola, og hvilke hensyn bør turister ta? Vi har spesialsykepleier Åse Beate Pedersen ved Oslofjordklinikken om litt informasjon.*

Ebolautbruddet i Vest-Afrika har pågått siden desember 2013, og har bare økt i omfang. WHO erklærte 22. oktober at totalt 9936 mennesker har fått påvist ebola, og 4877 personer har mistet livet på grunn av viruset. Utbruddet er i Guinea, Sierra Leone og Liberia. Nabolandene Nigeria og Senegal har også hatt noen få tilfeller av ebola, men ble nå i oktober erklært ebolafri. Samtidig ble det første tilfellet av ebola påvist i Mali hos en to år gammel jente, som nettopp døde.

**VIRUS.** Ebola er en alvorlig virussykdom med meget høy dødelighet. Den blir klassifisert som en blødningsfeber. Tiden fra smitte til symptomutbrudd er omkring 2 – 21 dager. I perioden frem til symptomene bryter ut er man ikke

▲ **VIRUSSYKDOM:** Ebolaviruset har høy dødelighet, og norske myndigheter fraråder mot reiser og opphold i Guinea, Sierra Leone og Liberia.

smittsom. Høy feber, hodepine, slapphet, muskelsmerter, oppkast, diare og utslett er de første symptomene på smitte. Etter 5 - 7 dager kan det oppstå indre og ytre blødninger, og dødeligheten er på 50 - 60 prosent.

**SMITTEKILDER.** Viruset smitter ved direkte kontakt med syke eller døde menneskers kroppsvæsker. Ebolaviruset kan også smitte via jakt på infiserte ville dyr (flaggermus, gnagere og aper) til mennesker, eller gjennom mat - såkalt bushmeat.

Smitterisikoen for reisende til Vest-Afrika er lav, men WHO og norske myndigheter (Utenriksdepartementet) fraråder turister å reise og oppholde seg i Guinea, Sierra Leone og Liberia så lenge utbruddet pågår. De som skal reise til eller oppholde seg i et område med ebolautbrudd bør unngå kontakt med syke mennesker, seksuell kontakt, nær kontakt med ville dyr og inntak av bushmeat, for eksempel flaggermusuppe.

Håndhygiene er som alltid veldig viktig.

**WHO-KRAV.** Reisende til de berørte landene må være klar over at det kan være vanskelig å få adekvat helsehjelp, også for andre sykdommer. WHO har pålagt de berørte landene å kontrollere at alle personer som reiser ut av landet er feberfri. Flere flyselskap har sluttet å fly til de ebolarammede landene.

Sjansen for å bli smittet av ebola om bord på et fly er liten. Ebola smitter ikke via luftsmitte, så det vil ikke kunne smitte gjennom luftanlegget. Reisende som blir syk de første 21 dagene etter hjemkomst fra Vest-Afrika bør kontakte lege eller legevakt snarest via telefon eller mail. Dessverre finnes det ingen godkjente vaksiner eller behandlende medikamenter mot ebola. Behandlingen er væsketilførsel, symptomlindring og pleie på sykehus.

Åse Beate Pedersen



**Tom Hall**

Redaktør i reiseforlaget  
Lonely Planet.



**Nina Jensen**

Generalsekretær WWF.  
Ekspert på øko og natur.



**Jo Gjerdrem**

Seksjonsjef hos  
Forbrukerombudet.



**Åse Beate Pedersen**

Ekspert på reisemedisin,  
[www.vaksine1.no](http://www.vaksine1.no)



**Torild Moland**

Redaktør av Magasinet  
Reiselyst.