

# KAZAJSTÁN

## RECOMENDACIONES PARA EL VIAJE



## Vacunaciones

### VACUNAS OBLIGATORIAS

Se exige certificado de vacunación contra la Fiebre Amarilla a los viajeros procedentes de países con riesgo de transmisión de la fiebre amarilla.

### VACUNAS RECOMENDADAS

Es conveniente tener actualizado el calendario oficial de vacunaciones. Pueden ser recomendables otras vacunas, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada en cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados.

## Recomendaciones sanitarias generales para viajar a Kazajstán

No hay ninguna vacuna obligatoria. Se recomienda vacunarse contra la hepatitis A y B y el tétanos, y en todo caso consultar las recomendaciones de las autoridades sanitarias españolas.

Es muy conveniente tener contratado un seguro de viaje que incluya repatriación en caso de urgente necesidad. No es recomendable beber agua del grifo no filtrada. Consumir preferentemente verduras hervidas o cocidas y la fruta bien lavada y pelada. Evitar comer carne o productos perecederos en mercados o bazares. La tuberculosis está extendida. Creciente presencia de enfermedades de transmisión sexual.

El sistema sanitario nacional está en proceso de reforma, presentando en la actualidad ciertas limitaciones fuera de las principales ciudades. Hay hospitales públicos y clínicas privadas que pueden atender bien los casos no graves. Para los casos graves, hay que tener en cuenta que la calidad de la atención sanitaria es desigual, dependiendo fundamentalmente de las características de cada centro sanitario específico. En general, la atención médica en las principales ciudades es sensiblemente superior a la existente en el medio rural.

Las farmacias están bien provistas en las ciudades principales. Es conveniente, sin embargo, viajar con un botiquín que contenga lo más necesario o las medicinas de uso más frecuente.

Los principales hospitales del país situados en la capital son: Centro Nacional de Neurocirugía, Centro de la República de Kazajstán para niños y adolescentes, Centro Nacional de Investigación de Salud Materno-Infantil, Centro Médico Nacional de Investigación, Hospital Presidencial, Centro Médico del Presidente de la República de Kazajstán.

No existe ningún convenio bilateral entre España y Kazajstán en materia de sanidad.

Más información:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=88>

## Recomendaciones sanitarias generales para viajes internacionales

Las personas afectadas por enfermedades crónicas subyacentes deben pedir consejo médico antes de organizar un viaje. Entre las enfermedades que incrementan los riesgos sanitarios durante el viaje se incluyen las siguientes:

- Enfermedades cardiovasculares
- Hepatitis crónica
- Enfermedades intestinales inflamatorias crónicas
- Enfermedad renal crónica que requiere diálisis
- Enfermedades respiratorias crónicas
- Diabetes mellitus
- Epilepsia
- Inmunosupresión debida a medicación o a infección por VIH
- Enfermedad tromboembólica previa
- Anemia severa
- Trastornos mentales graves
- Cualquier dolencia crónica que requiera intervención médica frecuente
- Trasplantes
- Condiciones oncológicas
- Afecciones hematológicas crónicas

Cualquier viajero afectado por una enfermedad crónica debe llevar consigo la medicación necesaria para todo el tiempo que dure el viaje. Todos los medicamentos, especialmente los que requieren receta, deberán llevarse guardados en el equipaje de mano dentro de sus envases originales con las etiquetas visibles. Como precaución ante pérdida o robo es aconsejable llevar la medicación por duplicado en el equipaje facturado. Debido a la intensificación de la seguridad aérea, los objetos cortantes y los líquidos en cantidades superiores a los 100 ml deben permanecer en el equipaje facturado.

El viajero deberá llevar consigo el nombre y datos de contacto de su médico junto con los otros documentos de viaje, e información sobre su situación médica y tratamiento, además de los detalles sobre la medicación (incluidos los nombres genéricos de los medicamentos) y las dosis prescritas. Esta información debe igualmente guardarse en formato electrónico para poder recuperarse a distancia (por ejemplo en una base de datos segura). También es necesario llevar un informe del médico, certificando la necesidad de los medicamentos u otro material sanitario (ej. jeringuillas) que lleve el pasajero, que pudiera ser solicitado por los oficiales de aduanas y/o personal de seguridad.

## Responsabilidad del viajero

Los viajeros pueden obtener una gran cantidad de información y consejos de los profesionales sanitarios y de la industria de los viajes, para ayudarles a prevenir problemas de salud mientras se encuentren en el extranjero. Sin embargo, los viajeros son responsables de su salud y bienestar durante el viaje y a su regreso, así como de prevenir el contagio de enfermedades transmisibles a otros. A continuación se detallan las principales responsabilidades que ha de asumir el viajero:

- La decisión de viajar
- Reconocer y aceptar los riesgos asociados
- Buscar consejo médico con tiempo suficiente, preferiblemente 4-8 semanas antes del viaje
- Cumplir las vacunaciones recomendadas y las prescripciones sobre otras medicaciones y medidas sanitarias
- Realizar una cuidadosa planificación antes de la partida
- Llevar consigo un botiquín médico conociendo su manejo
- Contratar un seguro con la cobertura adecuada
- Adoptar precauciones antes, durante y después del viaje
- Conseguir un informe del médico sobre los medicamentos con receta, jeringuillas, etcétera, que va a llevar consigo
- Hacerse responsable de la salud y el bienestar de los niños que le acompañen
- Adoptar precauciones para evitar transmitir cualquier enfermedad infecciosa a otras personas durante y después de viaje
- Informar detalladamente a un médico sobre cualquier enfermedad al regreso, incluida la información sobre todos los viajes recientes
- Mostrar respeto por el país anfitrión y su población
- Evitar contactos sexuales sin protección y practicar un comportamiento sexual responsable