



Dit virus kan ernstige longontsteking veroorzaken. Pas daarom algemene hygiëne maatregelen toe en vermijd contact met dromedarissen en andere dieren.

Gezondheidsproblemen

Heeft u een zwakkere gezondheid, chronische ziekte of bent u ouder dan 65 jaar, overleg dan met uw (huis)arts of het maken van een reis naar Mekka op dit moment verstandig is.

3. NA DE REIS

U kunt tijdens de Hadj of Umrah een infectieziekte oplopen waar u niet meteen ziek van wordt, maar die u wel bij u draagt en meeneemt naar Nederland. Als u binnen 2 weken na terugkomst in Nederland klachten krijgt, neem dan contact op met de huisarts en vermeld de recente reis naar Saoedi-Arabië.

4. LOCATIES GGD KENNEMERLAND

Haarlem, Zijlweg 200
Heemskerk, Duitslandlaan 3
Hoofddorp, Spaarnepoort 5

Wat zijn de kosten?

Op www.ggdreisvaccinaties.nl vindt u een indicatie van onze tarieven. Vaak worden de kosten geheel of gedeeltelijk vergoed door uw ziektekostenverzekeraar vanuit de aanvullende verzekering. Voor bedrijven en instellingen gelden maatwerk tarieven.

GELIJK EEN AFSPRAAK MAKEN?

Belt u dan met **023 – 789 16 16** of maak online een afspraak via www.ggdreisvaccinaties.nl

CONTACTGEGEVENS

Hoofdlocatie

GGD Kennemerland
Zijlweg 200
2015 CK Haarlem
023 515 95 00

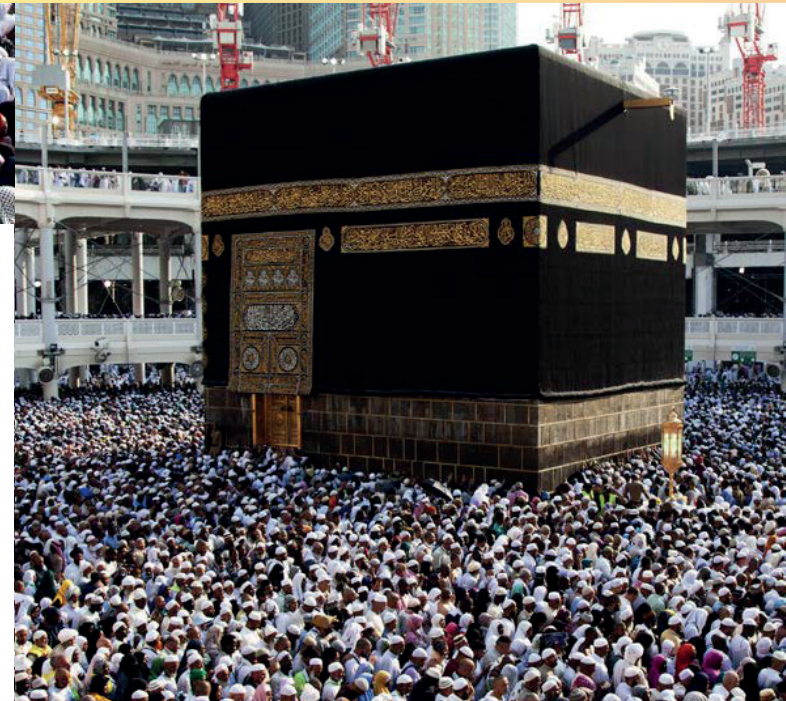
Telefonische bereikbaarheid

Reizigersspreekuur: 023 789 16 16
Maandag t/m vrijdag van 08.30-17.00

Postadres

GGD Kennemerland
Postbus 5514
2000 GM Haarlem

Kijk voor een routebeschrijving en overige informatie op:
www.ggdkennerland.nl



NAAR MEKKA EN MEDINA VOOR HADJ OF UMRAH

Gezondheidsadviezen
voor pelgrims





De Hadj, en ook de Umrah, is een zeer speciale reis voor u en uw familie. Tijdens de pelgrimstocht worden enorme lichamelijke inspanningen van u gevraagd, zoals de wandeling rondom de Ka'aba en de Sa'i. De extreme warmte op de berg van Arafat maakt de tocht extra zwaar. Elk jaar zijn er tijdens de Umrah en de Hadj twee tot drie miljoen mensen in Mekka. Omdat er zoveel mensen bij elkaar zijn, is de hygiëne vaak minder goed en loopt u meer risico om ziek te worden. Met goede voorbereidingen, waaronder vaccinaties, kunt u veel gezondheidsproblemen voorkomen. U kunt terecht bij GGD Kennemerland voor vaccinaties en advies op maat.



I. VACCINATIES

Als u naar Saoedi-Arabië gaat is vaccinatie tegen meningokokken verplicht. Daarnaast raadt GGD Kennemerland een aantal andere vaccinaties aan.

VERPLICHTE VACCINATIE: MENINGOKOKKENVACCINATIE

Vaccinatie tegen meningokokken voorkomt hersenvliesontsteking. De vaccinatie is verplicht voor alle pelgrims tijdens de Hadj en de Umrah. Na vaccinatie ontvangt u van ons een vaccinatiepaspoort dat u nodig heeft bij de

ambassade van Saoedi-Arabië om een visum te kunnen krijgen. U moet zich minimaal 10 dagen voor vertrek laten vaccineren.

AANBEVOLEN VACCINATIES

Hepatitis A, Polio en Difterie worden overgedragen via besmet eten en drinken, vieze toiletten en door slechte hygiënische omstandigheden. De Tetanusbacterie kunt u oplopen als straatvuil of stof in een wond komt. Door de grote hoeveelheid mensen dicht op elkaar, onder meer in kampementen, heeft u een grote kans om met bovenstaande ziektes in aanraking te komen. Wij raden u daarom aan u hiertegen te laten vaccineren

DTP: Difterie, Tetanus en Poliomyelitis

Als u in uw jeugd DTP-vaccinaties heeft gekregen, is één DTP-vaccinatie voldoende. Bent u nooit eerder gevaccineerd voor DTP, dan zijn drie DTP-vaccinaties nodig. Een serie van drie vaccinaties of een herhaalvaccinatie geeft 10 jaar bescherming.

Hepatitis A

Of u zich moet laten vaccineren hangt af van waar u bent geboren en opgegroeid. Na twee vaccinaties bent u 30 jaar beschermd. De eerste vaccinatie biedt 1 jaar bescherming.

2. MERS-COV

Sinds september 2012 is er in Saoedi-Arabië een uitbraak gaande van een nieuw type virus: het 'Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus' ofwel MERS-CoV.