

بہداشت سفر

مؤلفان
گیل لی
برنابت کروول

مترجم
رشاد مردوخ



کتاب ارجمند

سرشناسه: لی، گیل، Lea, Gil
عنوان و نام پدیدآورنده: بهداشت سفر / مؤلفان گیل، لی، برنادت کرول؛
ترجمه رشاد مردوخ.

مشخصات نشر: تهران، کتاب ارجمنند: ارجمنند: شمار فردا، ۱۳۹۱

مشخصات ظاهری: ۱۵۲ ص، جیبی.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۶۱-۳

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Travel and holiday health

موضوع: مسافرت -- بهداشت

شناسه افزوده: کرول، برنادت، Carroll, Bernadette

مردوخ، رشاد، ۱۳۳۲ - مترجم

رده‌بندی کنگره: ۹۱۳۹۰ ب۹/۸۷۳/۵ RA

رده‌بندی دیویی: ۶۱۳/۶۸

شماره کتابشناسی ملی: ۲۳۰۶۰۱۲



دکتر گیل لی، برنادت کرول

بهداشت سفر

ترجمه: رشاد مردوخانی

فروست: ۳۴۴

ناشر: انتشارات کتاب ارجمند (با همکاری انتشارات ارجمند و نسل فردا)

صفحه آرای: پرستو قدیم‌خانی، طراحی جلد: فاطمه پاشا خانلو

چاپ: سامان، صحافی: عوین

چاپ اول: ۱۳۹۱، ۲۲۰۰ نسخه

بها: ۲۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۰۰-۰۶۶-۳

همه‌ی حقوق چاپ و نشر این کتاب محفوظ است.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش انتشارات ارجمند:

دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن: ۸۸۹۷۷۰۰۲

شعبه اصفهان: خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزارجریب، تلفن: ۳۱۱-۳۲۸۱۵۷۴

شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، تلفن: ۵۱۱-۸۴۴۳۰۱۳

شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱۱-۲۲۲۷۷۶۴

شعبه رشت: خ نامجو، رویروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۰۱۳۱-۳۲۳۳۸۷۶

شعبه ساری: بیمارستان امام، رویروی ریاست، تلفن: ۰۹۱۱۸۰۲۰۰۹۰

دکتر گیل لی

از بنیان‌گذاران شبکه‌ی ملی بهداشت سفر و مرکزی برای راهنمایی کارکنان حرفه‌ای پزشکی است. او در تهیه‌ی «اطلاعات بهداشتی برای سفرهای خارج از کشور» نیز همکاری دارد، که کتاب راهنمای استاندارد برای پزشکان عمومی و پرستاران است. ایشان بیست سال در راهنمایی مسافران تجربه دارد و درمانگاه مسافرت تریفایندر در لندن را اداره می‌کند.

برنات کرول

پرستار محقق بیمارستان بیماری‌های مناطق گرمسیری در لندن، که در برقراری دوره‌های پزشکی مسافرت، تحقیق و آموزش فعال بوده است. او دارای سال‌ها تجربه‌ی کاری در موضوع بهداشت سفر درمانگاه‌های بزرگ می‌باشد.

۹	 مقدمه
۱۱	 برنامه ریزی اولیه
۵۹	 فقط زنان و کودکان
۷۳	 سلامت کافی
۸۱	 احتیاط‌های لازم
۹۹	 پیشگیری از حوادث
۱۱۷	 پرس و جوهای معمول بهداشتی
۱۳۳	 بیماری‌های جدی تنفسی
۱۳۷	 نیش و گزش
۱۵۱	 بازگشت به خانه



هر سال مردم بریتانیا بیش از ۷۰ میلیون سفر تفریحی و کاری انجام می‌دهند، و بیمار یا گرفتار حادثه شدن تعدادی از آنها گریزناپذیر است. برخی از این مسافران نیاز به مراقبت پزشکی دارند، در حالی که عده‌ای دیگر می‌توانند تا بازگشت به شهر خود و مراجعه به پزشک خود صبر کنند. بعضی هم در بازگشت احساس سلامت می‌کنند و مدتی بعد بیمار می‌شوند.

بیشتر بیماری‌ها و حوادثی که مسافران را گرفتار می‌کنند لااقل تا حدی قابل پیشگیری هستند. هدف این کتاب بیان خطرات بالقوه و ارائه‌ی راهنمایی‌هایی برای به حداقل رساندن این خطرات است. برخی برنامه‌ریزی‌های قبلی و احتیاط‌های منطقی در طول سفر می‌تواند مانع تبدیل تعطیلاتی خوش یا سفری تجاری به کابوس یک بیماری شود.