

## **Reisen: Impfschutz und Malariaprophylaxe**

Durch rechtzeitiges Impfen vor einer Reise lässt sich ein zuverlässiger Schutz gegen verschiedene Infektionskrankheiten erreichen, wobei die erforderlichen Impfungen vom besuchten Land und der Art des Reisens abhängen. Ausserdem sollte bei Aufenthalten in Gebieten mit einem hohen Malariarisiko eine medikamentöse Prophylaxe durchgeführt werden, um eine allfällige Infektion zu unterdrücken und damit den Ausbruch der Erkrankung zu verhindern.

Mit den heutigen Möglichkeiten, sich mühelos über grosse Distanzen zu bewegen, werden immer mehr Menschen dazu verleitet, ihren Urlaub in weit entfernten Ländern zu verbringen. Ferienaufenthalte in fernen Ländern bergen aber ein beträchtliches Risiko für eine Ansteckung mit einer Infektionskrankheit, die unter Umständen zu lebenslangen Gesundheitsschäden oder sogar zum Tod führen kann. Infektionskrankheiten lassen sich am wirksamsten durch Impfungen verhindern, wobei der erforderliche Impfschutz von den im besuchten Land vorkommenden Infektionskrankheiten sowie von der Aufenthaltsdauer, der Art des Reisens und dem individuellen Verhalten des Reisenden abhängen. Um den Urlaub unbeschwert geniessen zu können, sollte beim Hausarzt ungefähr 4 bis 6 Wochen vor der Abreise der vorhandene Impfschutz überprüft und allenfalls durch fehlende Impfungen ergänzt werden.

### **Wichtige Impfungen**

Bei allen Reisenden – wie auch bei der übrigen Bevölkerung – sollte eine Impfung gegen den überall vorhandenen Erreger des Wundstarrkrampfes vorgenommen werden, wobei diese Impfung zumeist in Kombination mit einer Impfung gegen Diphtherie erfolgt. Ausserdem sollten alle Reisenden die Grundimpfung gegen Kinderlähmung erhalten haben, da diese in der Schweiz inzwischen ausgerottete Erkrankung in verschiedenen Ländern der Welt noch immer vorkommt. Bei Personen, welche die durch Tröpfchen übertragenen Masern nicht schon eindeutig als Erkrankung durchgemacht haben, ist die Masern-Impfung angezeigt, die bevorzugt in Kombination mit einer Impfung gegen Mumps und Röteln durchgeführt wird.

### **Impfungen für ferne Länder**

Für alle Reisenden, die Entwicklungsländer besuchen, wird eine Impfung gegen die durch

verunreinigtes Trinkwasser und Nahrungsmittel übertragene Hepatitis A empfohlen. Darüber hinaus sollten sich Personen, die sich längere Zeit in Asien, Afrika oder Südamerika aufhalten oder sich auf Risiken wie ungeschützten Geschlechtsverkehr, Akupunktur, Tätowierungen und Piercing einlassen, gegen Hepatitis B impfen lassen. Für Reisen in das tropische Afrika und in den Norden Südamerikas wird eine Impfung gegen das Gelbfieber, welches durch Stechmücken verbreitet wird und häufig tödlich verläuft, empfohlen. Bei Personen, die sich während längerer Zeit im indischen Subkontinent oder in Südasien aufhalten, ist eine Impfung gegen den über Trinkwasser und Nahrungsmittel übertragenen Typhus zu erwägen.

### **In besonderen Fällen notwendige Impfungen**

Bei längeren Aufenthalten in ländlichen Gebieten Südostasiens ist eine Impfung gegen die durch Stechmücken verbreitete, als japanische Enzephalitis bekannte Nerven- und Hirnhautentzündung in Betracht zu ziehen. Ausserdem ist bei ausgedehnten Reisen im indischen Subkontinent, in Südostasien und in grossen Teilen Afrikas im Falle eines erhöhten Risikos für Tierkontakte eine Tollwut-Impfung sinnvoll. Des weiteren wird Reisenden, die sich längere Zeit in der Sahelzone oder in Saudiarabien aufhalten und die in engen Kontakt mit der Bevölkerung kommen, die Impfung gegen die Meningokokken-Hirnhautentzündung empfohlen.

### **Weitere Impfungen für spezielle Risikogruppen**

Im Falle häufiger Aufenthalte in den Wäldern der Zeckengebiete, die sich bandförmig von Mittel- und Nordamerika über Russland bis nach Japan erstrecken, ist die Impfung gegen Zecken-Hirnhautentzündung angezeigt. Für Personen über 65 Jahren und für Personen mit chronischen Erkrankungen wird bei einer Reise in ein Grippegebiet die Grippe-Impfung empfohlen, wobei die Grippe auf der Nordhalbkugel vor allem zwischen November und März und auf der Südhalbkugel vornehmlich zwischen April und September auftritt und in den Tropen sogar während des ganzen Jahres vorkommt.

### **Vorbeugung gegen Malaria**

Zum Schutz gegen die durch Stechmücken übertragene Malaria konnte bis anhin kein Impfstoff entwickelt werden, weshalb bei Aufenthalten in grossen Teilen Afrikas, Asiens und Südamerikas wegen des hohen Infektionsrisikos eine medikamentöse Malariaphylaxe durchgeführt wird. Unter dieser vorbeugenden Massnahme wird die regelmässige Einnahme eines Malaria-Medikamentes in niedriger Dosierung verstanden, wobei die Prophylaxe in der Regel bereits

einige Tage vor der Abreise begonnen wird und während des gesamten Aufenthaltes sowie noch einige Zeit nach dem Verlassen des Malariagebietes fortgesetzt wird. Bei einer allfälligen Infektion hemmt dieses Medikament die Vermehrung der Malaria-Erreger, so dass der Ausbruch der Erkrankung in den meisten Fällen verhindert wird.

#### **Empfohlenen Impfungen**

- Starrkrampf: bei allen Personen Grundimpfung mit Auffrischung alle 10 Jahre
- Diphtherie: bei allen Personen Grundimpfung mit Auffrischung alle 10 Jahre
- Kinderlähmung: bei allen Personen Grundimpfung und Auffrischung bei Reisen nach Afrika und Asien
- Masern: alle Personen, welche die Erkrankung nicht durchgemacht haben
- Hepatitis A: Reisende in Entwicklungsländer
- Hepatitis B: Reisende nach Asien, Afrika und Lateinamerika bei Langzeitaufenthalt oder Risikoverhalten
- Gelbfieber: Reisende nach Südamerika und in das tropische Afrika
- Typhus: Reisende mit Langzeitaufenthalt im indischen Subkontinent, in Südasien oder in Nordafrika

*Dr. med. Werner Hausheer  
Facharzt FMH für Allgemeinmedizin*