

## Merkblatt Tropenreisen Medizinische Informationen

### Flugreise

Der Luftdruck im Flugzeug entspricht rund 2200 m.ü.M. Beim Steigflug wegen Überdruck im Mittelohr: etwas Hartes kauen. Wegen trockener Luft Kontaktlinsen nicht tragen.

Bei Neigung zu **Venenentzündungen** viel trinken, Füsse bewegen und häufig aufstehen. Bei erhöhtem Thromboserisiko 3 Stunden vor Flügen über 3 Stunden Fraxiforte oder Clexane spritzen oder 1 Tablette Xarelto 10mg einnehmen.

### Malaria, hohe Ansteckungsgefahr

(tropisches Afrika und östlich von Indonesien, nicht für Bali/Lombok)

Moskitonetz, Mückenschutz. Vorbeugen der Malaria mit Atovaquon plus 1 Tabl./Tag, Beginn 1 Tag vor der Abreise, im Risikogebiet und 3 Tage nachher. Alternative: (günstiger für längere Reisen): 1 Tabl. Mephaquin/Woche, 1 Woche vorher beginnen, im Risikogebiet und 4 Wochen nachher. Nebenwirkungen: am ehesten Schwindel.

### Malaria, mittlere und geringe Ansteckungsgefahr

Schlafen unter dem Moskitonetz, ab Dämmerung für unbedeckte Stellen Mückenmittel wie Exopic, Antibrumm forte, helle weite Kleidung. Bei Fieber >37,5 schnellstmögliche (<48h) Arztkonsultation zum Ausschluss einer Malaria. Eine Notfallselftbehandlung wird nur noch in speziellen Fällen dem Reisenden mitgegeben.

### Gelbfieber (Stamaril)

Obligatorisch für Reisen in Gelbfiebergebiete von Südamerika und Afrika. Südl. Afrika, Sambia und Tansania sind gelbfieberfrei, ebenso die Anden. Mind. 10 Tage vor Abreise, Alter > 6 Mte. Eine Dosis genügt für mindestens 10 Jahre. Lebendimpfstoffe zB. Masern, Mumps, Röteln gleichzeitig oder nach mind. 1 Monat.

### Hepatitis A (Havrix)

Häufigste schwere Infektionskrankheit in [sub]-tropischen Gebieten. 1 Dosis hält 12 Monate, eine 2. Dosis bei späterer Tropenreise ergibt einen lebenslangen Schutz.

### Hepatitis B (Engerix B)

Für Langzeitaufenthalte und enger Kontakt zur Lokalbevölkerung. In der Schweiz: empfohlenen Basisimpfung für Kinder. Jugendliche (11-15 Jahre): 2 Dosen im Abstand von 4 Monaten. Für Erwachsene: 3 Dosen 0,1 und 6 Monate

### Hepatitis A+B (Twinrix)

3 Dosen im Abstand von 0, 1 und 6 Monate ergeben für Hepatitis A und B einen lebenslangen Schutz.

### Typhus (Vifotiv)

Ein 60%iger Schutz hält 1 Jahr. Nicht zusammen mit Antibiotika/Malariamitteln. Einnahme starten 14 Tage vor Abreise

### Meningitis (Menveo)

Für Mekka-Pilger obligatorisch. Für längere Reisen in den „Meningitis-gürtel“, (Sahelzone) 10 Tage vor der Abreise, 1 Dosis hält lebenslang, Auffrischimpfungen in Spezialfällen empfohlen.

### Masern, Mumps, Röteln (Priorix)

Immer 2 Dosen, Nachimpfung für nach 1963 Geborene mit keiner oder nur 1 Impfung.

### Tollwut

Für Aufenthalte > 1 Monat: Asien, Subsahara Afrika sowie Bolivien  
Für Aufenthalte > 6 Monate: Lateinamerika

Wegen erhöhtem Hundebissrisiko Kleinkinder, Velotouristen und wegen Fledermäusen Höhlenforscher bevorzugt impfen. 2 Dosen Tag 0, 21-28. Nach einem Biss gründliche Wundreinigung mit Wasser und Seife, anschl. Desinfektion und noch 2 Impf-Dosen innert 1 Woche. Un-geimpfte erhalten nach einem Biss 4 Impf-Dosen und ein Passivserum um die Wunde herum.

### Japanische Enzephalitis (Ixiaro)

Infektion nach Mückenstich nachts in Süd(ost)Asien. Impfung mit 2 Dosen Tag 0 und 28 bei Eile Tag 0 und 7, vor Aufenthalt von über 1 Monat in ländlichem Gebiet (Asien).

### Tetanus, Diphtherie und Polio (Revaxis)

Diphtherie und Tetanus (Starrkrampf) alle 20 Jahre, Polio (Kinderlähmung) nach 10 Jahren bei Reisen nach Afrika und Südostasien auffrischen. Keuchhusten für 25-35 jährige und Personen mit Kontakt zu Kleinkindern mitimpfen.

### Reiseapotheke

- Fiebermesser!
- Bei Reisedurchfall Darm stilllegen mit Loperamid, Flüssigkeit bei Kleinkindern ersetzen mit zB. Elotrans, später mit Mineralwasser aus PET-Flaschen.
- Schmerz-/Fiebermed: kein Aspirin wegen Dengue-Fieber, sondern Paracetamol (Dafalgan, Benuron, Panadol, Acetalgin etc.).
- Antibiotikum individuell für längere Reisen.