



REISEMEDIZIN IHR HAUSARZT ALS ANLAUFSTELLE

Bei Reisen in die Tropen sind die Krankheitsrisiken erhöht. Ihr Hausarzt berät Sie über vorbeugende Massnahmen 4-8 Wochen vor der Abreise und beantwortet Ihre Fragen bezüglich Impfungen, Malaria und Reisetauglichkeit. Vergessen Sie nicht, Ihrem Arzt das Impfbüchlein und die genaue Reiseroute vorzulegen! Für weitere Information - fragen Sie die Medizinische Praxisassistentin!

Reisetauglichkeit

Flugreisen sind komfortabel. Bei Herzkreislaufleiden den können Probleme auftreten, wenn Sie an Orten in grosser Höhe landen. Während der Schwangerschaft sind Tropenreisen möglichst zu vermeiden. Ist Ihre Immunabwehr (durch Medikamente) reduziert, müssen Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie die Reise buchen.

Impfungen

Je nach Reisedestination und -stil ist das Krankheitsrisiko unterschiedlich. Eine Kenntnis der Reiseseroute ist für die Beratung unerlässlich. (genauen Reiseplan mitbringen!)

Empfohlen für alle Reisenden:

Impfung gegen Starrkrampf, Kinderlähmung, Masern
Mumps Röteln:
Empfohlen für Reisen in tropische Länder: Impfung gegen Gelbsucht Typ A (+B).

Eine Impfung gegen Gelbfieber ist für gewisse Länder (in Afrika + Südamerika) empfohlen bzw. in gewissen Fällen obligatorisch (Grenzübertritt).

Individuell zu entscheiden sind Impfungen (je nach Reiseroute / -art / -dauer) gegen Tollwut, Meningitis, FSME und jap. Enzephalitis.

Malaria

Die Malaria ist eine gefährliche Infektionskrankheit. Sie wird durch den Stich der „Anopheles“-Mücke übertragen. Frühestens 7 bis 10 Tage nach Uebertragung der Malaria-erreger können Fieber, Kopfweg, Durchfall, Erbrechen und Bewusstlosigkeit auftreten.

Wie schützt man sich gegen Malaria?

Massnahmen wie das Tragen langärmeliger Kleider, die Verwendung mückenabstossender Mittel und der Gebrauch von Moskitonetzen vermindern das Risiko von Mückenstichen und schützen auch gegen Dengue-, ZIKA und Chikungunya Fieber.

Vorbeugend einnehmen
müssen sie Malariatabletten, wenn Sie in gewisse Länder

(in Afrika, seltener in Asien) reisen. Bild: Dr. G. Heeb (Malawisee)

Ein Malaria Notfall Medikament

benötigen Sie, wenn Sie in Gebiete im südlichen Afrika, nach Asien oder Mittel- und Südamerika reisen. Die Tabletten werden nur eingenommen, wenn Sie malariaverdächtige Symptome (Fieber) bekommen. Die Malariatabletten sind rezeptpflichtig. Ihr Hausarzt berät Sie! Bei Fieber (> 37.5 Grad C) während und nach der Reise müssen sofort Sie zum Arzt!

Reisedurchfall

Es gilt: «Boil it, cook it, peel it or forget it!» (sieden, kochen, schälen oder sein lassen). Gezuckerte und gesalzene Flüssigkeit trinken. Zusätzlich helfen Durchfallmittel. Antibiotika sind nur nötig, wenn der Durchfall und Fieber länger als 3-5 Tage anhalten.

Sonnenschutz

Verwenden Sie einen Sonnenschutz mit einem hohem Lichtschutzfaktor. Vermeiden Sie übermässige Sonnenbestrahlung über den Mittag.

HIV | Hepatitis B

Infektion wie HIV, Syphilis, Gonorrhoe sind durch (ungeschützte) Sexualkontakte übertragbar. Schutz vor Ansteckung durch Kondom!

Reiseapotheke

Fieber- und Schmerzmittel; Heftpflaster; Verbandsstoff; Desinfektionsmittel; elastische Binde; Thermometer; Schere und Pinzette. Gemäss Absprache mit dem Hausarzt: Malariatabletten, Durchfallmittel und persönliche Medikamente!

WEB Infos

Reisemedizin osir.ch | safetravel.ch

Reisen und gesund bleiben, ein medizinischer Ratgeber

Dr. R. Weibel 4600 Olten

<http://www.gruppenpraxis-neuhard.ch/rei/reisen%20und%20gesund%20bleiben.pdf>

Länderliste <https://osir.ch/laender-staedte/>

Download Merkblätter <https://osir.ch/downloads/>

Reisemedizin und Hausarzt <https://osir.ch/hausarzt/>

Krankheiten <https://osir.ch/krankheiten/>

Impfungen <https://osir.ch/impfungen/>

Tollwut <https://osir.ch/tollwut/>

ZIKA <https://osir.ch/dengue-chikungunya-zika/>

Dossier Reisemedizin
<https://osir.ch/wp-content/uploads/dossierreisemedizin.pdf>

November 2018

c: www.osir.ch

