



## Reisemedizin (Impfschutz)

Krankheitsabwehr auf Reisen und Zuhause, Mikroorganismen, Bakterien oder Viren übertragen viele Krankheiten. In unseren Breitengraden ist es durch Hygiene gelungen, die klassischen Seuchen wie Pest, Cholera oder Typhus zurückzudrängen. Aber in vielen beliebten tropischen Reisezielen besteht ein hohes Risiko, sich mit gefährlichen Erregern zu infizieren.

**Magen-Darm-Infektionen (Reisediarrhö), Malaria und Diphtherie** sind Krankheiten, vor denen sich Urlauber schützen sollten. Auch Cholera und Typhus werden von Touristen immer wieder in ihre Heimat importiert. Die **Leberentzündung (Hepatitis)** gehört zu den weltweit häufigsten Infektionskrankheiten.

**Gegen viele Erreger kann man sich durch Impfung schützen!**

Eine hundertprozentige Immunität ist jedoch nicht immer zu gewährleisten. Der Impferfolg hängt von Faktoren ab wie Alter, intaktes Immunsystem oder nicht rechtzeitig erfolgter Auffrischung. **Labordiagnostische Tests** können häufig darüber entscheiden, ob noch Impfschutz besteht und wann eine Auffrischung erforderlich ist. Sie weisen die gegen den jeweiligen Erreger gebildeten **Antikörper im Blut** nach.

### Wie bereite ich mich auf eine Reise vor?

Informieren Sie sich rechtzeitig – das heißt **sechs bis acht Wochen vor** Reisebeginn – nach den notwendigen Impfungen und Vorsichtsmaßnahmen, wenn sie beabsichtigen, in ein tropisches oder subtropisches Land zu reisen. „Last-Minute“-Reisende können sich mit so genannten **Immunglobulinen**, d. h. einer passiven Immunisierung kurzfristig schützen, jedoch nicht so umfassend wie durch eine aktive Impfung.

Denken Sie zudem unbedingt an Vorbeugung vor Malaria (insbesondere bei Reisen nach Afrika und Südostasien) nach, gegen die es noch keine Impfung jedoch wirksame Prophylaxe in Tablettenform gibt. Sie sollten sich außerdem über die im Reiseland herrschenden **klimatischen und hygienischen Verhältnisse** informieren. Dabei hilft Ihnen unser Praxisteam, aber auch der Apotheker und das Reisebüro sowie Gesundheitsämter.

### Wie kann ich mich auf Reisen schützen?

Schutzimpfung und Einhaltung von **Hygienemaßregeln** vor Ort sind unerlässlich, um die zum Teil lebensgefährlichen Folgen einer Infektion zu vermeiden.



Die meisten **Infektionskrankheiten** werden durch Tröpfchen, d. h. über die Luft oder durch direkten Kontakt mit infizierten Personen, Tieren oder Gegenständen übertragen. Die **Erreger** befinden sich z. B. auch in schlecht gekühlten Speisen, in Frischobst oder Fleisch und vor allem im Trinkwasser. Meiden Sie in tropischen Ländern das Trinkwasser aus der Leitung und bevorzugen Sie geschlossene Wasserflaschen. Diese Regel gilt auch für Eiswürfel.

Der Überträger des Malariaerregers ist eine **Stechmücke**, deren Stichen Sie durch Kleidung und Einreibungsmittel am ehesten entgehen können.

**Vor allem in den Tropen und Subtropen  
gilt für die Nahrungsaufnahme die Faustregel:  
„Boil it, peel it, cook it or forget it!“  
also „Siede es, schäl es, koch es gar oder vergiss es!“.**

### **So verhalten Sie sich richtig:**

- Trinken Sie kein Leitungswasser!
- Verwenden Sie auch zum Zähneputzen nur Mineralwasser!
- Essen Sie Fleisch, Fisch und Meerestiere nur „gut durch“!
- Schälen Sie Obst vor dem Verzehr!
- Meiden Sie Eiswürfel, offenes Speiseeis, Pudding und Cremespeisen!
- Trinken Sie nur abgekochte Milch!
- Meiden Sie Salate mit Dressing und Mayonnaise!

### **Wie kann ich mich zu Hause schützen?**

Auch in heimischen Gefilden benötigt man **Impfschutz**. Die meisten Menschen erhalten als Kinder alle wichtigen Impfungen. Dennoch besitzt etwa jeder dritte Erwachsene zwischen 30 und 40 Jahren keinen ausreichenden Impfschutz mehr gegen Diphtherie, Tetanus (Wundstarrkrampf) und Poliomyelitis (so genannte Kinderlähmung). Ihr **Immunstatus** kann mit modernen labordiagnostischen Methoden überprüft werden.

**Eine Auffrischung der Immunität gegen Diphtherie, Tetanus  
und Kinderlähmung ist alle zehn Jahre erforderlich!**



Bei **Schwangeren** wird im Rahmen der Vorsorge besonders auf mögliche Infektionen geachtet. Beispiel Hepatitis B: Das HB-Virus wird weltweit durch Geschlechtsverkehr und Kontakt mit Speichel und Blut übertragen. Alle schwangeren Frauen werden mit einer **Blutbestimmung** auf eine Hepatitis B-Virusinfektion untersucht, denn häufig überträgt sich das Virus während der Schwangerschaft auf das Kind. Die Krankheit kann einen chronischen Verlauf nehmen – besonders bei Neugeborenen in über 90 % der Fälle - und die Leber zerstören. Fällt der Test positiv aus, muss **das Neugeborene** sofort **aktiv und passiv geimpft werden**.

## Wie wird der Körper gegen Krankheitserreger immun?

Die Immunisierung basiert auf dem **Prinzip der Antikörperbildung**. Antikörper werden von den Zellen des Abwehrsystems gebildet. Bei der aktiven Immunisierung regen sie den Körper zur Produktion von Antikörpern an, so dass er gegen eine erneute Infektion immun ist. Bei der passiven Immunisierung dagegen werden **Immunglobuline** verabreicht. Das sind Antikörper, die z. B. von bereits immunen Menschen oder Tieren stammen. Beide Male ist die **Immunabwehr des Körpers** im Fall einer Infektion auf die Erreger „vorbereitet“.

Eine Feststellung der Immunitätslage sowie Impfstoffe, Impfleistungen und reisemedizinische Beratungen vor Fernreisen sind grundsätzlich **keine Kassenleistungen** und müssen daher, wenn diese von Ihnen gewünscht werden, privat bezahlt werden.

Diagnostische Antikörperbestimmungen und sonstige Untersuchungen aufgrund einer Erkrankung nach Fernreisen sind dagegen Kassenleistungen.

Am besten, Sie kommen mit Ihrem Impfpass in die Arztpraxis und lassen überprüfen, ob Ihr Impfschutz gesichert ist.

Eine Bestimmung der Immunitätslage erhalten Sie für:

■ HAV-Ak (Screening ohne IgM)	13,99 €
■ HBs-Ak	13,99 €
■ Diphtherie-Ak	20,40 €
■ Tetanus-Ak (IgG)	20,40 €
■ FSME-Ak (IgG)	13,99 €

Gesamtprofil: **82,77 €**. (Die Parameter sind auch einzeln anforderbar!)

Hinzu kommen die ärztlichen Gebühren für die Beratung/Befundinterpretation und die Blutentnahme.