

Tollwut ist eine Viruserkrankung, die alle Säugetiere befallen kann. Der Mensch infiziert sich durch Biss oder den Speichel eines erkrankten Tieres. Tollwut kommt annähernd weltweit vor. Besondere Gefahren stellen streunende Hunde und Katzen in weiten Teilen Afrikas, Asiens und Südamerikas dar.

Gelbfieber ist eine Viruserkrankung, deren Erreger durch Stechmücken übertragen wird. Gelbfieberviren gibt es fast nur in Ländern mit tropischem Klima, insbesondere in Afrika und Lateinamerika. Einige Länder fordern bei der Einreise eine gültige Gelbfieber-Impfbescheinigung, die von zugelassenen Impfstellen ausgestellt wird.

In besonderen Fällen können Schutzimpfungen gegen weitere Krankheiten erforderlich sein:

Cholera

Meningokokken-Meningitis

(tropisches Afrika und Asien, auch Golfstaaten)

Japan-Enzephalitis

Es gibt zwar keine Schutzimpfung, aber dennoch wirksame Schutzmaßnahmen gegen

Malaria

Das „Sumpf-“ oder „Wechselfieber“ wird durch den Stich von Anopheles-Mücken (Moskitos) übertragen. Malaria-Risiko besteht besonders in Afrika, Asien, Mittel- und Südamerika sowie Ozeanien. Bestmöglicher Schutz besteht in der vorbeugenden Einnahme von Medikamenten (Chemoprophylaxe) und dem Schutz vor Mückenstichen durch:

- **keine nächtlichen Aufenthalte im Freien,**
- **Einreiben der Haut mit Insektenschutzmitteln,**
- **hautbedeckende, helle Kleidung,**
- **mückengeschützte Räume und Moskitonetze.**

Bitte lassen Sie sich rechtzeitig beraten.



unterwegs ...

- **Ernährungsregeln beachten**
„Koch es, schäl es oder vergiss es!“
- **Impfpass immer dabei haben,**
- **auch an Mückenschutz, Sonnenschutz, Kondome denken.**

... und wieder zu Hause !

Bitte eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen, falls Sie

- **sich nach Ihrer Rückkehr krank oder unwohl fühlen,**
- **Sie während Ihrer Reise erkrankt waren,**
- **eine Risiko- oder Langzeitreise in tropischen Regionen unternommen haben.**

Weiteres Informationsmaterial zum Thema „Impfen“

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung

Flämische Straße 6-10 · 24103 Kiel

Tel. 0431 / 9 4294 · Fax 0431 / 94871

e-mail: gesundheit@lvgfsh.de

www.lv-gesundheit-sh.de

Impressum:
Herausgeber:
Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein,
Adolf-Westphal-Str. 4, 24143 Kiel
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.,
Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel
Text und Layout: Dr. Elfi Rudolph
Fachliche Beratung: Dr. Birgit Mack
Titelblatt: Uwe Appold

Satz: Wanitzek Satz- und Printstudio, 23758 Oldenburg in Holstein

Stand: November 2011, 3. überarbeitete Fassung

Dieses Faltblatt wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der schleswig-holsteinischen Landesregierung herausgegeben. Es darf weder von Parteien noch von Personen, die Wahlwerbung oder Wahlhilfe betreiben, im Wahlkampf zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf es nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zugunsten einzelner Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, das Faltblatt zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

Die Landesregierung im Internet:
www.schleswig-holstein.de



Komm
gesund wieder!

Lebenslang



impfen
vor Reisen
in die Tropen
und Subtropen



Wenn einer eine Reise tut ...

Reisen wird immer beliebter. Man reist häufiger, weiter und schneller. Jedes Jahr unternehmen etwa 60 Millionen Deutsche eine Reise. Über 6 Millionen davon reisen in tropische oder subtropische Länder.

Ein Blick auf die Landkarte macht deutlich, wie viele beliebte Reiseländer nahe am Äquator im Gürtel zwischen nördlichem und südlichem Wendekreis (Tropen) liegen. Und noch viel häufiger wird in den Subtropen Urlaub gemacht. Das sind die Gebiete zwischen den Tropen und unserer gemäßigten Klimazone. So gehört zum Beispiel der gesamte Mittelmeerraum bereits zur subtropischen Klimazone.

Für uns Mitteleuropäer ist der Aufenthalt in tropischen und vielfach auch schon in subtropischen Ländern „gewöhnungsbedürftig“. Wir müssen uns auf das Klima sowie andere Ess- und Trinkgewohnheiten einstellen. Die hygienischen Verhältnisse entsprechen oft nicht unserem gewohnten Standard. Unliebsame Krankheitserreger können uns schwer zu schaffen machen.

Darüber hinaus lockt der moderne Tourismus immer häufiger mit Abenteuerreisen in kaum bekannte oder sogar nur schwer zugängliche Gebiete. Sich nicht nur in touristischen Zentren zu bewegen, einzigartige und wenig berührte Natur zu erleben, Kontakt zur einheimischen Bevölkerung zu haben, all dies hat zweifellos seine Reize, will aber mit Bedacht geplant sein.

Eine gelungene Reise, eine gesunde Rückkehr, schöne Erinnerungen ...

Sie können viel dafür tun!

Vor der Reise ...

ausreichend Zeit zu haben, verlängert die Vorfreude und ist gut für Körper und Seele. Rechtzeitig – auch vor „Last-minute-Reisen“ – können und sollten Sie

Abchecken vor dem Einchecken!

Impfschutz?

gegen

Diphtherie

Wundstarrkrampf (Tetanus)

Kinderlähmung (Poliomyelitis)

Keuchhusten (Pertussis)

liegt doch sicher vor!

(Oder ist die letzte Impfung schon mehr als 10 Jahre her?)

Im Zweifel lieber noch einmal prüfen.)

Versicherungen?

für den Fall von Erkrankungen während der Reise.

Reiseapotheke?

Ihre Apothekerin oder Ihr Apotheker berät Sie gerne.

Ärztliche Reiseberatung?

muss sein. Möglichst zwei Monate, spätestens jedoch sechs Wochen vor Antritt der Reise.

Ihre Hausärztin oder Ihr Hausarzt, Ihr Gesundheitsamt, die Impfzentralen der Universitätskliniken Kiel und Lübeck informieren Sie, welche Krankheitsrisiken in Ihrem Reisegebiet bestehen.

Ihr Impfpass und möglichst genaue Angaben zu Ihrer geplanten Reiseroute, Ihrem Reiseverhalten und auch zu Ihrer Reisezeit und -dauer sind wichtig für Ihre persönliche Reiseberatung.

Machen Sie eine Pauschalreise oder eher eine Trekking- oder Autostopptour?

Planen Sie einen längeren Aufenthalt?

Werden Sie engen Kontakt zur einheimischen Bevölkerung haben?

Reisen Sie aus beruflichen Gründen?

Von der Beantwortung dieser Fragen hängt ab, gegen welche Krankheiten Sie sich schützen sollten.

Schutzimpfungen bieten Schutz!

Hepatitis A ist eine Viruserkrankung, die zu Leberentzündung führt. Durch engen Körperkontakt mit Infizierten, durch verunreinigtes Wasser und Nahrungsmittel (vor allem Meeresfrüchte, Muscheln, Salat, Speiseeis) wird das Virus übertragen. Hepatitis-A-Viren kommen weltweit vor, besonders aber im Mittelmeerraum, in Teilen Osteuropas, in Asien, Afrika, im Westpazifik, in Mittel- und Südamerika.

Hepatitis B ist eine Viruserkrankung, die zu Leberentzündung führt und chronisch werden kann. Ansteckungsgefahr besteht bei Kontakt mit infiziertem Blut oder anderen Körperflüssigkeiten, zum Beispiel beim Sex ohne Kondom, beim heftigen Küssen, beim Piercen, Tätowieren, Ohrlochstechen, wenn keine „Einmal-Instrumente“ verwendet werden oder beim Gebrauch verunreinigter Spritzen ... Hepatitis-B-Viren kommen weltweit vor, besonders aber in China, Südostasien, auf den pazifischen Inseln, in Zentral- und Südafrika sowie in weiten Teilen Südamerikas.

Typhus ist eine Infektionskrankheit, die durch bestimmte Salmonellenarten verursacht wird. Die Übertragung erfolgt durch engen körperlichen Kontakt mit Erkrankten oder durch verunreinigtes Wasser und Nahrungsmittel (ähnlich der Hepatitis A). Typhus kommt in fast allen tropischen und auch in einigen subtropischen Ländern vor.