



FOTO: ISTOCKPHOTO

Impfschutz in den Ferien – und zu Hause

Eine Reise ist eine gute Gelegenheit, den Impfschutz auf den neuesten Stand zu bringen. Grundsätzlich sollte man sich vor einem Aufenthalt in den Tropen oder Subtropen medizinisch beraten lassen. Zeitmangel ist kein Grund für fehlenden Impfschutz. Selbst wenn sich Ferienreisende erst kurz vor Reisebeginn auf ihren Gesundheitsschutz besinnen, ist es noch nicht zu spät.

von Julian Schilling und Danielle Gyurech*

Zu den Standardimpfungen gehören jene gegen Diphtherie und Tetanus. Sie sollten grundsätzlich alle 10 Jahre aufgefrischt werden. Allerdings müssen auch die Art des Reisens und das Ziel berücksichtigt werden. Bei einer Reise in ein medizinisch mangelhaft versorgtes Gebiet empfiehlt es sich, bereits 5 Jahre nach der letzten Dosis wieder zu impfen. Verletzt man sich unterwegs in solchen Gebieten, ist es häufig mühsam, eine Auffrischdosis zu bekommen.

Diphtherie-Tetanus-Polio

Die Kinderlähmung gilt heute in vielen Teilen der Welt als ausgerottet. Doch meldet die Weltgesundheitsorganisation (WHO), dass in Afrika und Indien wieder Fälle auftreten. Damit ist ein Impfschutz auch heute noch sinnvoll. Nach der bei uns üblichen Grundimmunisierung ist

eine Auffrischimpfung ab sofort für 10 Jahre gültig. Mit einer kombinierten Dreifachimpfung (Diphtherie-Tetanus-Polio) lässt sich die Anzahl der Injektionen verringern. Ebenso ist eine Vierfachkombination mit Keuchhusten erhältlich.

Impfschutz auch für Europa

Die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) ist eine Viruserkrankung, die in der warmen Jahreszeit auftritt. Eine Impfung ist nicht nur für bestimmte Gebiete in der Schweiz empfohlen: Reisende nach Österreich, Süddeutschland, Osteuropa, in baltischen Staaten, nach Südschweden, Südfinnland und Russland benötigen ebenfalls einen Impfschutz, wenn sie sich häufig im Freien aufhalten.

Tipps für Last-Minute-Reisende

«Last Minute» sind Angebote, bei denen der Abreisetag innerhalb der nächsten 2 Wochen liegt. Während dieser Zeit ist es noch möglich, für fast alle impfbaren Krankheiten einen vorläufig genügenden Impfschutz aufzubauen. Selbst bei einer Abreise innerhalb von 48 Stunden können noch wichtige Auffrischimpfungen gemacht werden. Bei jeder Reise in die Tropen sollte ausserdem die Malaria-situation geklärt werden. Je nach Destination ist eine medikamentöse Prophylaxe oder die Mitnahme eines Notfallmedikamentes empfehlenswert.

Übersicht Impfungen

Innerhalb von 14 Tagen mit gutem Resultat möglich sind:

- Frühsommer-Meningoenzephalitis, Gelbfieber, Typhus, Reisedurchfall, Meningokokkenmeningitis, Grippe/H1N1, Pneumokokken

Innerhalb von 14 Tagen mit eventuell eingeschränktem Resultat möglich sind:

- Hepatitis B, Tollwut, Japanische Enzephalitis

Innerhalb von 2 Tagen möglich sind:

- Diphtherie, Tetanus, Poliomyelitis, Hepatitis

Auch für Last-Minute-Reisende gilt:

- In den Tropen und Subtropen Tag und Nacht auf möglichst guten Mückenschutz achten.
- Jedes unklare Fieber in Zusammenhang mit einem Tropenaufenthalt muss notfallmässig ärztlich abgeklärt werden.
- Denguefieber und Malaria lassen sich im Anfangsstadium klinisch kaum unterscheiden.
- Mücken, die Denguefieber übertragen, stechen tagsüber vor allem in Städten.
- Bei Denguefieber darf zur Schmerzbehandlung keine Acetylsalicylsäure (Aspirin) eingesetzt werden.
- Denguefieber heilt bei den meisten Patienten ohne Komplikationen von selbst ab. Selten und insbesondere bei Zweitinfektionen können aber lebensgefährliche Blutungen auftreten.
- Vor der Abreise in ein Risikogebiet ist es empfehlenswert, sich beim Hausarzt oder bei einer Fachperson für Reisemedizin gut zu informieren.

JS

Masern-Mumps-Röteln

Eine weitere Standardimpfung für Kinder und Erwachsene ist die Kombination Masern, Mumps und Röteln. Ein Schutz gegen diese Krankheiten wie auch Windpocken ist zu Hause ebenso wichtig wie auf Reisen, falls sie noch nie durchgeführt wurden oder gegen sie nicht geimpft wurde. Auch Hepatitis B gehört heute zu den Standardimpfungen.

Reiseimpfungen

Zu den wichtigen Reiseimpfungen gehören Hepatitis A und bei längeren Aufenthalten auch Tollwut. Je nach Destination und Reiserart sind auch Impfungen gegen Gelbfieber, Meningokokkenmeningitis, Typhus, Reisedurchfall und Japanische Enzephalitis angebracht. In

welcher Situation und Reisesaison welche Impfungen angebracht sind, darüber sollte man sich beim Hausarzt oder bei einem Reisemediziner/einer Reisemedizinerin informieren.

Obligatorische und empfohlene Impfungen

Eine Impfung gegen Gelbfieber ist für einzelne Staaten, insbesondere in Afrika, obligatorisch und für manche Staaten in Mittel- und Südamerika sinnvoll. Meningokokkenmeningitis stellt in verschiedenen Ländern Afrikas ein Risiko für Reisende dar. Insbesondere während der Trockenzeit sollte deshalb an eine Impfung gedacht werden, für Reisende nach Mekka beispielsweise ist sie obligatorisch. Bei Aufenthalten in Gebieten

mit mangelhafter Hygiene wie Indien sind die Schluckimpfungen gegen Typhus und Reisedurchfall auch für Kurzreisen zu diskutieren, besonders bei Risikopatienten.

Die Japanische Enzephalitis kommt in ganz Südostasien und Indien vor, eine Impfung wird bei längeren Besuchen in Reisanbaugebieten während der Regenmonate empfohlen. Je nach Saison, Person und Destination (Südwinter) ist es auch sinnvoll, gegen Grippe zu impfen. Gegen Malaria, das sich immer weiter ausbreitende Denguefieber und gegen Chikunguniefieber gibt es zurzeit noch keine Impfung.

* PD Dr. Julian Schilling und Dr. med. Danielle Gyurech führen gemeinsam eine reise- und tropenmedizinische Praxis in Zürich.