



# Damit Sie gesund zurück kommen Immunität vor Reisen



*Weil Ihre Gesundheit  
es Ihnen wert ist.*

Sie haben Ihr Reiseziel ausgewählt? Herzlichen Glückwunsch! Wenn Sie ein Land außerhalb der Europäischen Union besuchen, sollten Sie in jedem Fall eine reisemedizinische Beratung bei Ihrem Hausarzt wahrnehmen. Er berät Sie fachkundig über allgemeine Verhaltensregeln bei Fernreisen und über die spezifischen Vorsichtsmaßnahmen in Ihrem „Zielgebiet“ - von der Vermeidung des „Jetlag“ bis hin zur Malaria-Prophylaxe.

Bestimmte Infektionskrankheiten sind in fast allen Reiseländern zu Hause. Dazu gehören Diphtherie und Tetanus sowie Hepatitis A und B. In manchen Bereichen kommt die durch Zecken übertragene, sogenannte Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME) hinzu.

Mit einem einfachen Bluttest können Sie Aufschluss darüber erhalten, wie Ihr Immunschutz gegenüber diesen Erkrankungen ist und ob Sie vor dem Antritt Ihrer Reise noch eine Impfung wahrnehmen sollten. Aufgrund der Kosten für den Impfstoff kann sich dies vor allem im Fall der **Hepatitis A** lohnen, da Sie diese in der Regel unangenehme Erkrankung vielleicht doch bereits einmal unerkannt durchgemacht und hierdurch einen lebenslangen Schutz gegen eine erneute Infektion erworben haben.



Während das Hepatitis A - Virus auf fäkal-oralen Weg übertragen wird (z. B. durch verunreinigtes Leitungswasser) besteht ein Infektionsrisiko bei dem wesentlich gefährlicheren **Hepatitis B** - Virus nur bei engem körper-

lichen Kontakt. In Deutschland ist die Infektionsgefahr bereits deswegen gering, weil nur 0,1 % der Bevölkerung mit dem Hepatitis B-Virus infiziert sind. In Afrika sowie in Südost-Asien und Ostasien sind es dagegen bis zu 20 %.



Leider wird in Deutschland auch der Impfschutz gegen **Diphtherie** und **Tetanus** (Wundstarrkrampf) vernachlässigt. Wenn der Bluttest ergeben sollte, dass Sie gegen diese beiden gefährlichen Erkrankungen nicht ausreichend geschützt sind, sollten Sie unbedingt handeln. Die Impfungen gegen Tetanus und Diphtherie werden von den Krankenkassen übernommen, die Impfung gegen Hepatitis B dagegen nur bei Personen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr. Für die übrigen Impfungen lohnt sich die Eigenvorsorge in jedem Fall, wenn Sie nicht mit einem unangenehmen „Mitbringsel“ aus dem Urlaub zurückkommen wollen. Dies gilt übrigens auch für die wichtige Impfung gegen Polio (Kinderlähmung), deren Schutz ebenfalls besonders in den beliebten Reiseländern von Bedeutung ist. Denken Sie bitte auch an die in der Regel alle 10 Jahre erforderlichen Auffrisch-Impfungen!