

# IMPFUNGEN

QUELLE: UNIVERSITÄTEN GENÈVE, ZÜRICH UND BASEL (DETAILLIERTE INFORMATIONEN UNTER [WWW.SAFETRAVEL.CH](http://WWW.SAFETRAVEL.CH))

Durch Impfungen sind Sie gut gewappnet gegen ansteckende Krankheiten. Impfvorschriften sind von Land zu Land verschieden und ändern sich auch gelegentlich. Sie bekommen diesen wirkungsvollen Schutzmantel beim Hausarzt, beim Tropenarzt oder in einem Impfzentrum. Einzig die Gelbfieber-Impfung wird nur in Impfzentren und bei bestimmten Impfpärzten durchgeführt.

Vorausplanen ist besser: einen optimalen Impfplan erstellt Ihnen Ihr Arzt am besten vier bis sechs Wochen vor Ihrer Abreise. Ihre früheren Impfausweise helfen ihm, sich ein möglichst vollständiges Bild zu machen.

Setzen Sie Ihren Arzt möglichst vollständig über sich ins Bild. So kann er die nötigen Impfungen bestimmen. Gewisse Krankheiten und Allergien, eine HIV-Infektion oder Dauerbehandlungen mit Blutverdünnern oder Kortison können Hinderungsgrund für eine Impfung sein. Bringen Sie also beim Arztbesuch nicht nur Ihren Impfausweis mit, sondern auch eine Aufstellung der Medikamente, die Sie regelmässig einnehmen.

**Auch Impfungen während der Schwangerschaft können problematisch sein. Vorher lässt sich das besser regeln.**

## Vorgeschriebene Impfungen

Aufgabe des internationalen Sanitätsreglements ist es, die Verbreitung von Infektionskrankheiten zu verhindern. Darum schreibt es gewisse Impfungen vor. Im Moment ist dies nur die Cholera- und Gelbfieber-Impfung und das auch nur für einzelne Staaten. Setzen Sie sich einen solchen zum Reiseziel, muss die Impfung also in Ihrem gelben internationalen Impfausweis stehen, vom Arzt unterzeichnet und mit amtlich beglaubigter Unterschrift.

## Last Minute-Ferien

Zieht es Sie kurzfristig in die Ferne, in ein tropisches oder subtropisches Land, brauchen Sie nicht auf den Gesundheitsschutz zu verzichten. Im Impfzentrum, vom Tropenmediziner oder Ihrem Hausarzt werden Sie über Last-Minute-Möglichkeiten informiert (z.B. die Startdosis für Malariaprophylaxe oder sofort wirksame Auffrischungsimpfungen).

## Cholera

Cholera ist eine akute Durchfallerkrankung. Als Tourist brauchen Sie sich davor nicht zu fürchten, denn nur selten erkranken Reisende daran. In der Schweiz finden Sie heute nur noch die Schluckimpfung, die für spezielle Situationen sinnvoll ist, z.B. für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Entwicklungszusammenarbeit und Entwicklungshilfe (in Flüchtlingslagern, wo Cholera epidemisch auftreten kann). Eine Bestätigung für diese Schluckimpfung hilft Ihnen, allfällige Einreiseformalitäten problemlos zu erfüllen.

### Verbreitung

Weit verbreitet ist die Cholera vor allem bei den Einheimischen in Afrika, Asien und Lateinamerika.

<b>Impfung:</b>	Schluckimpfung
<b>Schutzwirkung:</b>	Mindestens 6 Monate, 60 – 100 %
<b>Nebenwirkungen:</b>	Gut verträglich (selten leichter Durchfall)

## Malaria

Achtung Stechmücken! Kleines Insekt mit grosser Wirkung: Weibliche Stechmücken der Gattung Anopheles können Ihnen in den Nachtstunden unliebsame Souvenirs an Ihre Tropenreise bescheren. Sie übertragen Plasmodien, Malariaerreger, die diese gefährliche Infektionskrankheit in Ihre Blutbahn einbringen. Was sich vielleicht schon sechs Tage nach einem Insektenstich wie eine Grippe anfühlt, Sie leiden unter Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen, eventuell auch unter Durchfall, Erbrechen und Schüttelfrost, könnte sich in Tat und Wahrheit als Malaria entpuppen. Da gibt es nur eines: ein Besuch beim Arzt, der eine Blutuntersuchung veranlasst und wenn nötig sofort eine Behandlung einleitet. Malaria kann unbehandelt innert kurzer Zeit zu einer lebensbedrohlichen Situation führen.

Einen Impfstoff gegen die Malaria gibt es leider noch nicht, also sind Sie auf andere **Schutzmassnahmen** angewiesen:

Am besten lassen Sie gar keine der gefährlichen Malariamücken an sich herankommen. Besonders in der Nacht sind die unliebsamen Tierchen aktiv, nach Sonnenuntergang und vor Sonnenaufgang.



- Lange Hosen und langärmelige Hemden oder Blusen sind in diesen Stunden die besten Kleidungsstücke. Die Knöchel nicht vergessen, sie sind besonders exponiert! Sprühen Sie Insektenspray auf die Kleider (hinterlässt keine Flecken!), das hält Ihnen die Mücken noch besser vom Leibe.
- Direkt auf die Haut geben Sie mückenabstossende Mittel wie «Antibrumm forte», «Antiinsect Extra», «Exopic», «Kik Activ», «Parapic» oder «Autan» (Wirksamkeitsdauer beachten!).
- Die Nacht verbringen Sie am besten "hinter Gittern", das heisst mit intakten Mückengittern an Türen und Fenstern. Oder Sie schlafen unter einem z. B. mit Permethrin oder Deltamethrin imprägnierten Mückennetz. Insektizidspray, wie z. B. «Tyraxquick» oder Rauchspiralen bieten sich als zusätzliche Hilfen an. Diese Produkte sind in der Schweiz teils schwer erhältlich, aber in den Zielländern sehr verbreitet.

**Keinen garantierten Schutz, aber eine sehr wirksame Abwehr gegen die Malaria bauen Sie mit Medikamenten auf. Folgen Sie genau den Vorschriften des Arztes:**

- Bereits eine Woche vor Ihrer Abreise nehmen Sie die Medikamente ein. So sind Sie von allem Anfang an ausreichend geschützt und könnten eine allfällige Unverträglichkeit noch rechtzeitig feststellen.
- Während Ihres ganzen Aufenthalts, jeweils nach dem Essen, gehört das Medikament zu Ihrem Tages- und Wochenprogramm.
- Geduld ist gefragt: bis vier Wochen nach Ihrer Tropenreise führen Sie die Malariaprophylaxe weiter. So lassen Sie möglichen Malariaerregern in Ihrer Leber keine Chance, sich im Blut zu vermehren.

**Afrika**

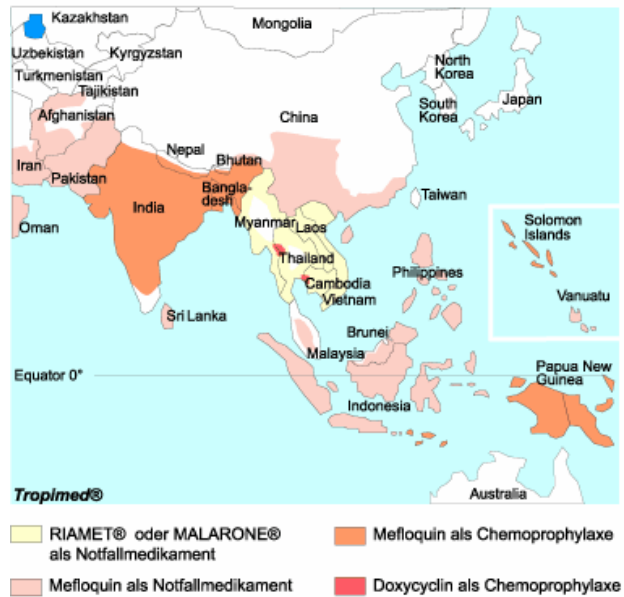
Malaria  
Schweizer Empfehlungen



- Mefloquin als Notfallmedikament
- Mefloquin als Chemoprophylaxe

**Asien**

Malaria  
Schweizer Empfehlungen



**Amerika**

Malaria  
Schweizer  
Empfehlungen



- Chloroquin als Notfallmedikament
- Mefloquin als Notfallmedikament
- Mefloquin als Chemoprophylaxe

## Hepatitis A

Dies ist eine meistens gutartige, infektiöse Gelbsucht, eine Virusinfektion der Leber, die über unsaubere Speisen und Getränke übertragen wird (nicht zu verwechseln mit dem Gelbfieber!). Hepatitis A macht Erwachsene vier bis sechs Wochen arbeitsunfähig und tritt im Ø bei einem von 300 Tropenreisenden auf. Zwei Impfstoffe dagegen stehen zur Verfügung, die für Reisen in Entwicklungsländer empfohlen sind, es sei denn, Sie seien schon geimpft oder nach durchgemachter Infektion geschützt.

### Verbreitung

Hepatitis A kommt oft vor in Afrika, Asien, Lateinamerika und abgelegenen Gebieten von Osteuropa. Etwa einer von 300 ungeschützten Reisenden erkrankt daran.

<b>Impfung:</b>	2 Spritzen im Abstand von 6 und 12 Monaten
<b>Schutzwirkung:</b>	100 % für mindestens 10 Jahre
<b>Nebenwirkungen:</b>	Selten leichte Übelkeit, Unwohlsein, Schmerzen an der Impfstelle

## Hepatitis B

Diese Form der Gelbsucht, wird auf der ganzen Welt durch Blut übertragen, oft bei Sexualkontakten, bei Transfusionen, durch medizinische Instrumente, Injektionsnadeln, Tätowierungen und Akupunktur. Sind Sie solchen Risiken ausgesetzt oder planen Sie einen längeren Aufenthalt in einem Entwicklungsland, dann ist eine Impfung ratsam.

<b>Impfung:</b>	3 Spritzen im Abstand von 6 bis 12 Monaten
<b>Schutzwirkung:</b>	100 % für mindestens 10 Jahre
<b>Nebenwirkungen:</b>	Wenig lokale Schmerzen

## Hepatitis C

Auch diese Viren können über Blut und andere Körperflüssigkeiten übertragen werden, z.B. bei Sexualkontakten oder Transfusionen. Hepatitis C ist vor allem in Zentralafrika sehr verbreitet. Sie verläuft oft unbeachtet und führt erst später zu Leberschäden. Eine Impfung dagegen ist noch nicht erhältlich.

## Gelbfieber und Endemiegebiete

Schon wieder die Stechmücken: Sie übertragen auch das Gelbfieber, eine seltene Viruskrankheit, die oft tödlich verläuft. Sie kommt im nördlichen Südamerika und in Afrika vor, nicht aber in Asien. Gewisse Länder verlangen die Gelbfieber-Impfung von allen Reisenden. In anderen Ländern ist sie nur dann vorzuweisen, wenn Sie aus einem mit Gelbfieber verseuchten Land einreisen. Für Kinder ist die Impfung meist erst nach dem ersten Lebensjahr obligatorisch. Sie ist sehr gut verträglich und schützt Sie zehn Jahre lang. Bei einer ersten Impfung ab dem zehnten Tag, bei einer Wiederholung sofort.

### Verbreitung

Die Karte zeigt Ihnen die Länder, in denen Gelbfieber auftreten kann. Eine Impfung ist für alle Gelbfiebergebiete zu empfehlen, auch wenn diese nicht vorgeschrieben ist.

<b>Impfung:</b>	1 Spritze unter die Haut
<b>Schutzwirkung:</b>	100 % für mindestens 10 Jahre
<b>Nebenwirkungen:</b>	Selten leichtes Fieber und Unwohlsein (1 Woche danach)

# Afrika

Gelbfiebers-Endemiegebiete



## Endemieländer

Äquatorial-Guinea	Guinea-Bissau	Sao Tomé und Príncipe
Äthiopien	Kamerun	Senegal
Angola	Kenia	Sierra Leone
Benin	Kongo	Somalia
Burkina Faso	Kongo, Dem. Rep.	Sudan
Burundi	Liberia	Tanzania
Elfenbeinküste	Mali	Togo
Gabon	Niger	Tschad
Gambia	Nigeria	Uganda
Ghana	Rwanda	Zentralafrikanische R.
Guinea	Sambia	

Unabhängig davon, ob Fälle von Gelbfieber bei Menschen gemeldet worden sind oder nicht, müssen alle Endemiegebiete generell als infiziert betrachtet werden (betrifft die Länder, die die Impfung verlangen für Reisende, die aus diesen Gebieten kommen).



# Amerika

Gelbfiebers-Endemiegebiete

## Endemieländer

- Bolivien
- Brasilien
- Ecuador
- Französisch-Guyana
- Guyana
- Kolumbien
- Panama
- Peru
- Surinam
- Venezuela

Unabhängig davon, ob Fälle von Gelbfieber bei Menschen gemeldet worden sind oder nicht, müssen alle Endemiegebiete generell als infiziert betrachtet werden (betrifft die Länder, die die Impfung verlangen für Reisende, die aus diesen Gebieten kommen)

- ◆ Diese Angaben sind ohne Gewähr, Änderungen bleiben ausdrücklich und jederzeit vorbehalten.
- ◆ Für allfällige Abweichungen kann das Reisebüro Menziken AG nicht zur Verantwortung gezogen werden. Wir empfehlen dringend, sich persönlich beim Hausarzt, Apotheker oder Tropeninstitut zu erkundigen.