

Center-Apotheker Wolfgang Kempf Mein Gesundheits-Tipp



Vor der Reise impfen lassen!

Wenn einer eine Reise tut, dann kann er was erzählen : Überwiegend sind es positive Erinnerungen an die schönste Zeit des Jahres, gelegentlich können diese auch traumatischen Charakter haben - etwa dann, wenn als „Mitbringsel“ die eigene Gesundheit Schaden erlitten hat. Fremde Kulturen, Sonne, Strand und Meer stehen auf der Wunschliste fast aller Urlauber ganz oben, bevor es losgeht. Bei den Reisevorbereitungen gerät aber allzu oft aus dem Blick, dass für einen Auslandsaufenthalt Reiseimpfungen erforderlich und empfehlenswert sein könnten. Vielfach werden die Gefahren von Reiseerkrankungen unterschätzt, zumal die meisten dieser Krankheiten in unseren Breitengraden nicht vorkommen.

Zu den Reisevorbereitungen gehört grundsätzlich die Überprüfung des eigenen Impfstatus. Das sollte rund sechs Wochen vor Reisebeginn erfolgen. Dann bleibt im Bedarfsfall immer noch genügend Zeit für etwaige Nachimpfungen oder Grundimmunisierungen. Auch bei Last-Minute-Reisen sind Impfungen auf jeden Fall sinnvoll. Denn es gilt der Grundsatz: Besser spät, als gar nicht impfen.

Grundsätzlich wichtig ist, dass die allgemein empfohlenen Basisimpfungen stets aufgefrischt werden. Dazu gehören die Impfungen gegen Diphtherie, Tetanus und Hepatitis, aber auch an Keuchhusten sollte man denken. Ein Blick in den Impfpass genügt, um den eigenen Status abfragen zu können. Leider werden diese Auffrischungen häufig vernachlässigt, wie Untersuchungen eindeutig beweisen.

Neben diesem Basisschutz, der auch vor schwerwiegenden Erkrankungen in unseren Breiten schützt, müssen individuelle Maßnahmen gegenüber Krankheitserregern getroffen werden, die am Urlaubsziel ihr Unwesen treiben können. Bei Reisen in tropische Gebiete entlang des Äquators (Mittel- und Südamerika, Zentralafrika und Südostasien) rate ich, die Impfempfehlungen unbedingt ernst zu nehmen. Liegt das Reiseziel entlegen, dann steigt die Wahrscheinlichkeit einer Infektion und mangelnder Behandlungsmöglichkeiten an. Auch Rucksackreisende sind einer höheren Gefährdung ausgesetzt. Letztlich ist es auch die persönliche Verfassung, die einen zusätzlichen Schutz ratsam erscheinen lassen kann. Besonders anfällig sind dabei Kinder, Schwangere, die über 60-Jährigen und solche Personen, die dauerhaft Medikamente einnehmen. In diesen Fällen ist ärztlicher Rat vor Reiseantritt auf jeden Fall geboten.

Rhein-Neckar-Apotheke
Gesundheit im Zentrum

Wolfgang Kempf e. Kfm.

Fachapotheker
für Offizinpharmazie und
Gesundheitsberatung

Rhein-Neckar-Zentrum
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 12 55
Fax 0 62 04 / 60 29 80

eMail: info@rnz-apo.de
www.rnz-apo.de

Center-Apotheker Wolfgang Kempf Mein Gesundheits-Tipp



Vor der Reise impfen lassen!

Das individuelle Impf-Tableau richtet sich immer nach dem Reiseziel: Da kann es geboten sein, sich gegen Cholera zu schützen, die insbesondere bei Reisen in Entwicklungsländer droht. Für viele Länder in den Tropen wird überdies eine Vorkehrung gegen Typhus empfohlen. An Gelbfieberimpfungen ist bei Aufenthalten in Südamerika, Afrika oder auch im südlichen Mittelmeerraum zu denken. Nicht zu unterschätzen ist die Tollwut: Diese ist nach wie vor verbreitet in Ländern mit wild lebenden Tieren - z. B. streunenden Hunde im Mittelmeerraum. Nicht zu vergessen ist schließlich eine Malaria-Prophylaxe insbesondere bei Urlaubsreisen in Äquatorialnähe.

Letztlich lauern die Gefahren bereits vor der eigenen Haustür: Die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) stellt schon im Odenwald und auch im Schwarzwald eine nicht zu unterschätzende Gefahr dar. Die Virusübertragung erfolgt hier - wie übrigens auch bei der bakteriell ausgelösten Borreliose - durch Zeckenbisse.

Mein Tipp: Lassen Sie sich auf jeden Fall individuell beraten, welche Impfungen für Ihr Urlaubsziel vorgeschrieben bzw. empfohlen sind. Mein Team und ich sind Ihnen dabei gerne behilflich. Wir beraten Sie gerne, damit Sie einen unbeschwerten Urlaub genießen und gesund wieder nach Hause zurückkehren können.

Vor allem aber lege ich Ihnen eines ans Herz: Achten Sie auch und gerade im Urlaub auf Hygiene und Sauberkeit - insbesondere beim Essen und Trinken. Denn dort lauern die größten Gefahren!

29.06.211/ke
Wolfgang Kempf
Rhein-Neckar-Apotheke

Rhein-Neckar-Apotheke
Gesundheit im Zentrum

Wolfgang Kempf e. Kfm.

Fachapotheker
für Offizinpharmazie und
Gesundheitsberatung

Rhein-Neckar-Zentrum
68519 Viernheim
Tel. 0 62 04 / 7 12 55
Fax 0 62 04 / 60 29 80

eMail: info@rnz-apo.de
www.rnz-apo.de