

## Wann sollte man sich von einem Reisemediziner beraten lassen?



Wir empfehlen eine Beratung über den passenden Impfschutz und weitere Vorsorgemaßnahmen spätestens **6 Wochen vor Reiseantritt**.

So bleibt noch genügend Zeit, den nötigen Impfschutz aufzubauen. Denn für einen wirksamen Schutz sind manchmal **mehrere Impfungen** notwendig. Auch dauert es meist einige Tage, seltener bis zu 4 Wochen,

bis der Impfschutz aufgebaut ist. Bei Pflichtimpfungen kann zudem ein festgelegter Zeitraum zwischen letzter Impfung und Einreise vorgeschrieben sein.

Aber auch bei **Last-Minute-Reisen** lohnt sich in jedem Fall der Gang zum Arzt. Einige Impfungen, darunter die gegen **Hepatitis A**, sind noch kurzfristig vor der Abreise möglich. Und für viele andere gilt: besser in letzter Minute impfen, als komplett auf die Schutzwirkung zu verzichten.

Wenn man eine Reise mit Kindern plant, sollte bedacht werden, dass viele Impfungen erst ab einem bestimmten Alter gegeben werden können.

Die reisemedizinische Beratung liefert darüber hinaus wichtige Informationen zur Vorbeugung von Krankheiten, gegen die es noch keine Impfungen gibt. Hierzu zählen z.B. Hygiene-Tipps zur Vermeidung von **Reisedurchfall** und der **Schutz vor Insekten**, die in einigen Regionen der Welt gefährliche Krankheiten wie **Malaria** und das **Dengue-Fieber** übertragen.

**Adressen** von reisemedizinisch fortgebildeten Ärzten und Apothekern veröffentlicht das Centrum für Reisemedizin unter: [www.crm.de](http://www.crm.de).

## Wer zahlt empfohlene Reiseimpfungen?

Impfungen, wie die gegen Tetanus oder Diphtherie, die auch in Deutschland zum Standardvorsorgeprogramm gehören, werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Zudem erstatten seit Juni 2007 zahlreiche gesetzliche Krankenkassen ihren Versicherten die Kosten für empfohlene **Auslandsreiseimpfungen**. Als so genannte freiwillige Satzungsleistungen werden dann auch z.B. Impfungen gegen Hepatitis A und Tollwut ganz oder teilweise übernommen.



In der Regel werden die Kosten, abzüglich der gesetzlichen Zuzahlungen, nach **Einreichen der Rechnung** nachträglich von der Krankenkasse erstattet. In einigen Fällen kann die Abrechnung auch direkt über die **Krankenversichertenkarte** erfolgen.

Ob und welche Reiseimpfungen Ihre Krankenkasse erstattet, erfahren Sie auf

der Internetseite des Centrum für Reisemedizin unter: [www.crm.de](http://www.crm.de).

Wenn Sie **privat versichert** sind, hängt die Erstattung von Ihrem persönlichen Vertrag ab. Bitte erkundigen Sie sich im Vorhinein bei Ihrer Krankenversicherung.

### Impressum

Herausgeber: CRM  
Centrum für Reisemedizin GmbH  
Geschäftsführer: Lothar Münnix  
Hansaallee 299 • 40549 Düsseldorf  
[www.crm.de](http://www.crm.de)

# Reiseimpfungen



## Gut geschützt die Welt entdecken

## Reif für den Urlaub?

Wir alle verreisen gerne: erholen uns, sammeln neue Eindrücke und tanken frische Energie. Bei den Reisevorbereitungen vergessen wir allerdings oft, dass man schon **vor dem Urlaub viel für die Gesundheit tun** kann. Denn mit der richtigen Vorsorge lassen sich die meisten **Krankheiten** auf Reisen **vermeiden**.

Den wirksamsten Schutz bieten **Impfungen**. Und das Gute ist: Gegen eine Vielzahl von Infektionskrankheiten ist dies heute möglich.

## Welcher Impfschutz ist der richtige?

Generell, ob zu Hause oder auf Reisen, sollte der für Deutschland empfohlene **Impfschutz** vorhanden sein. Einige Impfungen, die man als Kind erhalten hat, sollten später regelmäßig aufgefrischt werden.



© iStock/muellek

Hierzu zählen alle 10 Jahre die Impfungen gegen **Tetanus** (Wundstarrkrampf) und **Diphtherie** sowie **Poliomyelitis** (Kinderlähmung) und **Keuchhusten**. Zudem sollte jeder gegen Masern geimpft sein oder die Erkrankung durchgemacht haben. Für alle über 50-jährigen ist eine Impfung gegen Herpes zoster (Gürtelrose) zu empfehlen, bei über 60-jährigen kommen noch die **Pneumokokken**-Impfung und eine jährliche **Grippe**-Impfung hinzu. Für Kinder und Jugendliche (bis 25. Lebensjahr) empfiehlt sich zudem eine Impfung gegen Meningokokken Typ B.

Eine Reise ist eine gute Gelegenheit, um vom Arzt oder Apotheker den **Standardimpfschutz** überprüfen zu lassen und sich über empfohlene bzw. notwendige **Reiseimpfungen** zu informieren. Denn die richtige Vorsorge ist abhängig vom **Reiseziel**, der **Art der Reise** und dem **persönlichen Risiko**, z.B. aufgrund einer Vorerkrankung.,

## Sind Impfungen auch bei nahe gelegenen Reisezielen sinnvoll?

**Deutschland** und die **Mittelmeerländer** sind die beliebtesten Reiseziele der Deutschen. Ins Gepäck kommt meist nur eine kleine Reiseapotheke und ggf. Sonnenschutzmittel – und schon geht die Reise los.

Dabei kann sogar bei **Reisen innerhalb Deutschlands** eine zusätzliche Impfung sinnvoll sein. Bei Wanderungen, z.B. in Baden-Württemberg, Bayern oder Thüringen, sollte man gegen die von Zecken übertragene **FSME** (Frühsommer-Meningoenzephalitis) geimpft sein. Gleiches gilt auch für naturnahe Urlaube in der Schweiz, in Österreich, Skandinavien oder Osteuropa.

Geht die Reise ans **Mittelmeer** empfiehlt sich eine Impfung gegen **Hepatitis A**. Denn das Risiko, durch verunreinigte Nahrungsmittel an dieser Form der Gelbsucht zu erkranken, ist in Süditalien etwa 8mal höher als bei uns und in der Türkei sogar bis zu 50mal so hoch. Bei Reisen in ländliche Gebiete der Türkei kann zudem eine Impfung gegen **Typhus**, eine schwere fieberhafte Erkrankung, sinnvoll sein.

Auch **Tollwut** kann in **Ost- und Südosteuropa** zu einer Gefahr werden. Daher sollte man streunende Tiere meiden und ggf. durch Impfung dieser tödlich verlaufenden Krankheit vorbeugen. Da hier mehrere Impfungen nötig sind, empfehlen wir, sich frühzeitig vor der Abreise über das Risiko zu informieren. Nach einem verdächtigen Tierkontakt bitte sofort einen Arzt aufsuchen.



## Welche Impfungen sind bei Fernreisen wichtig?

Wer sich den Traum erfüllt, die kulturelle Vielfalt **Asiens**, **Afrikas** oder **Lateinamerikas** zu entdecken, sollte generell gegen **Hepatitis A** und ggf. gegen **Polio** und **Typhus** geimpft sein. Auch die **Tollwut**-Impfung ist hier oft wichtig. Zusätzlich wird bei längerem Aufenthalt eine Impfung gegen **Hepatitis B** empfohlen. In einigen Ländern besteht zudem eine Impfpflicht gegen das durch Mücken übertragene **Gelbfieber**, das in Regionen **Lateinamerikas** und **Afrikas** verbreitet ist.

Gegen eine weitere durch Mücken übertragene, meist lebensbedrohliche Erkrankung, die **Japanische Enzephalitis**, ist seit wenigen Jahren ebenfalls eine Impfung in Deutschland zugelassen. Nutzen sollte man diese vor allem bei Reisen in ländliche Gebiete **Süd- und Südost-Asiens**. Unter bestimmten Reisebedingungen kann auch eine **Cholera**-Schluckimpfung für **Süd-Asien** und **Afrika** sinnvoll sein.

International wichtig ist zudem der Schutz gegen **Meningokokken**, von denen es verschiedene Gruppen gibt. Besonders hoch ist das Infektionsrisiko im **tropischen Afrika** südlich der Sahara. Wegen der weltweit unterschiedlichen Verbreitung bietet sich für die meisten Reisen in Risikogebiete eine Impfung an, die gegen vier Meningokokken-Gruppen (ACWY) schützt – vorzugsweise mit einem Konjugatimpfstoff, der sich auffrischen lässt.

Wer sich als **Austauschschüler** oder **-student** in **Nordamerika**, **Australien**, **Neuseeland** oder in einigen europäischen Ländern aufhalten möchte, sollte den Impfschutz gegen **Meningokokken** sowie ggf. gegen **Masern**, **Mumps** und **Röteln** prüfen lassen.

