

Häufig gestellte Fragen

Bezüglich Impfungen

Oft ist es ratsam, in der Zeit vor der Reise mehrere Impfungen durchzuführen. Es ist durchaus üblich, verschiedene Impfungen gleichzeitig zu verabreichen.

- „Wird mein Immunsystem durch die gleichzeitige Verabreichung mehrerer Impfungen nicht überlastet?“ Antwort: Das menschliche Immunsystem wird jeden Tag mit Hunderten von Antigenen konfrontiert. (Antigene sind vor allem Fremdeiweisse von Bakterien, Viren, aber auch Nahrungsbestandteilen und Umweltschadstoffen). In jedem Impfstoff sind nur einzelne Antigene enthalten, welche das Immunsystem ganz gezielt veranlassen, gegen diese – und damit gegen die entsprechenden Infektions-Erreger – schützende Antikörper zu bilden. Jede Impfung stellt daher eine mengenmässig nicht ins Gewicht fallende „Zusatzbeschäftigung“ des Immunsystems dar. Es ist dagegen richtig, dass die gelegentlichen einfachen Reaktionen auf Impfungen (Rötung und vorübergehende Schmerzen an der Injektionsstelle, Fieberreaktionen) nach gleichzeitigen Mehrfachimpfungen etwas öfter auftreten, als wenn nur eine Impfung gemacht wird.
- „Man hört, dass einige Impfungen gewisse schwere Krankheiten auslösen können – z.B. Multiple Sklerose, entzündliche Darmkrankheiten, Diabetes, Autismus....?“
Antwort: Insbesondere nachdem solche Vermutungen aufgetaucht waren, sind mehrere gross angelegte Studien durchgeführt worden, welche keine dieser Behauptungen bestätigen konnten.
- „Wann sollte ich keine Impfungen durchführen lassen?“
Antwort: Während und unmittelbar nach fieberhaften (über 38°) und schweren Akutkrankheiten. Zudem gibt es Einschränkungen bezüglich der Anwendung von Lebendimpfstoffen (Gelbfieber, Mumps-Masern-Röteln) bei beeinträchtigter Infektabwehr infolge von längerdauernder Einnahme von Cortisonpräparaten und anderen Abwehr-schwächenden Medikamenten oder einer HIV-Infektion. Auch in der Schwangerschaft sind gewisse Einschränkungen zu beachten.

Bezüglich Malaria-Prophylaxe

- „Ich möchte auch für eine Reise ins tropische Afrika nicht regelmässig vorbeugend ein Medikament gegen Malaria einnehmen. Kann ich nicht einfach ein Medikament mitnehmen, welches ich bei Verdacht auf eine Malaria-Erkrankung einnehmen würde, wie dies auch für Reisen in Südostasien oder Südamerika empfohlen wird?“
Antwort: Können Sie natürlich – aber wir raten für Reisen in Malaria-Hochrisikogebieten dringend zu einer regelmässigen medikamentösen Malariaprophylaxe. Dies aus folgenden Gründen: Auch wenn eine sogenannte Notfall-Selbstbehandlung wenige Stunden nach Beginn eines Malaria-Fiebers

eingegenommen wird, kann dies – zwar selten – einen möglicherweise lebensbedrohlichen Verlauf nicht immer rasch genug aufhalten. Zudem ist jede Malariaerkrankung zumindest ausserordentlich unangenehm. Diesen Risiken angemessen vorzubeugen ist ein vernünftiges Ziel!

Auf den üblichen Reiserouten in Südamerika und Südostasien ist das Risiko, sich eine Malaria zu erwerben, 10-100-mal geringer, als im tropischen Afrika.

- „Ich habe von häufigen Nebenwirkungen von Lariam / Mephaquin gehört. Wieso wird dieses Medikament zur Malariaphylaxe immer noch empfohlen?“

Antwort: Vorweg ist festzuhalten, dass auch andere Malariamedikamente in vergleichbarer Häufigkeit Nebenwirkungen verursachen können, welche in der Regel leicht – aber vielleicht auch unangenehm sein können (Unwohlsein, Kopfschmerzen oder ähnliches). Es ist richtig, dass Lariam häufiger als andere Substanzen sogenannte neuro-psychologische Nebeneffekte verursachen kann. Meist handelt es sich dabei um Schlafstörungen, lebhafte Träume oder Stimmungsschwankungen. Gelegentlich können aber auch depressive Verstimmungen, Angstzustände oder Wahrnehmungsstörungen auftreten – insbesondere bei Personen, die auch früher schon unter psychologischen Störungen gelitten haben, und deshalb dieses Präparat nicht zur Malariaphylaxe einnehmen sollten. – Man kann andererseits feststellen, dass 75% aller Personen, welche Lariam od. Mephaquin einnehmen (-letzteres ist das identische Generikum von Lariam-) keine unerwünschten Wirkungen zeigen. Zudem ist für Lariam eine sehr zuverlässige Schutzwirkung gegen die Malaria aus langjähriger Erfahrung dokumentiert – ausser in jenen noch wenigen Regionen der Tropen, wo eine diesbezügliche Resistenzentwicklung der Malaria-Erreger bekannt ist und Lariam ohnehin deswegen nicht mehr verordnet werden sollte (z.B. Thailand und Kambodscha).

Es gibt 2 Präparate, welche – soweit man dies heute sagen kann – mit gleicher Zuverlässigkeit wie Lariam eine Malariaerkrankung verhüten können – und wahrscheinlich kein Risiko für die erwähnten neuro-psychologischen Nebeneffekte darstellen.

Das eine ist das bereits länger bekannte Antibiotikum **Doxycyclin** (verschiedene Markennamen, z.B. Supracyclin, Doxysol, Vibramycin), das andere das neue Kombinationspräparat **Malarone** (= Atovaquone + Proguanil). Malarone erfreut sich zunehmender Beliebtheit bei Tropenreisenden. Es muss im Gegensatz zu Lariam täglich (und nicht nur wöchentlich einmal) eingenommen werden. Es hat dafür den Vorteil, dass die Einnahme (im Gegensatz zu allen anderen Malariamedikamenten) nur 1-2 Tage vor der Reise und eine Woche nach Verlassen des Malariagebietes eingenommen werden muss. Leider ist Malarone aber deutlich teurer als alle anderen Malaria-Phylaxemedikamente.

Bei unserer persönlichen Beratung werden wir mit Ihnen besprechen, welches Präparat für Sie die beste Option darstellt.

- „Stimmt es, dass man während einer Malaria-Phylaxe mit Lariam nicht tauchen darf?“

Antwort: Wenn Sie Lariam ohne Nebenwirkungen vertragen, dürfen Sie ohne weiteres tauchen. Sollten Sie allerdings z.B. Schwindel oder Angstzustände

verspüren, müssten Sie auf Tauchgänge verzichten – wie generell bei Unwohlsein jeglicher Ursache.

Da die möglichen erwähnten unerwünschten Nebeneffekte von Lariam (od. Mephaquin) unter Umständen länger anhalten können, wäre es möglich, dass Ihre Tauchferien tatsächlich beeinträchtigt würden.

Um diesem Risiko aus dem Weg zu gehen, gebe ich heute für die Malariaphylaxe während Tauchferien in Malaria-Risikogebieten dem Malarone den Vorzug, trotz höherem Preis.

- „Gibt es homöopathische Medikamente zur Malaria-Prophylaxe?“

Antwort: Nein ! Bei allem Respekt vor homöopathischen Medikamenten für gewisse Erkrankungen gibt es klar keine solchen, welche gegen eine Malaria schützen!

Bezüglich Reiseapotheke

- „Kann ich für meine Reiseapotheke ein Rezept für ein Antibiotikum gegen allfällige Fieberkrankheiten bekommen?“

Antwort: Antibiotika sind nicht Medikamente „gegen Fieber“ – sondern wirken ausschliesslich gegen bakterielle Infektionen, welche tatsächlich oft auch von Fieber begleitet sind. Häufiger sind aber Virus-Infektionen die Ursache von Fieber, und gegen solche sind Antibiotika nicht die angemessene Behandlung und zudem wirkungslos. Zur Erinnerung: Malaria ist eine wichtige Fieberursache – und wenn Fieber während Ihrer Reise Ausdruck einer Malaria sein könnte, ist ein Malariamedikament einzusetzen, und nicht ein Antibiotikum (- obwohl es einige Antibiotika gibt, die eine gewisse Wirkung gegen Malariainfektionen zeigen).

Insbesondere für längere Reisen in Gebieten, wo eine angemessene medizinische Beratung und Behandlung schwierig zu erreichen ist, werde ich Ihnen aber ein Antibiotikum rezeptieren, versehen mit einer schriftlichen Gebrauchsanweisung.

Eine Selbstbehandlung unterwegs mit einem Antibiotikum kann angezeigt sein:

- bei heftigen, v.a. fieberhaften Durchfällen
- bei fieberhaften Harnwegsinfekten
- bei sich ausbreitenden Infektionen von Wunden
- bei Zeichen einer Lungenentzündung (nicht aber bei einfachen Erkältungen, auch wenn diese mit Husten und etwas Fieber verbunden sind)

- „Muss ich auf eine Tropenreise sterile Spritzen und Nadeln mitnehmen?“ (für den Fall einer ärztlichen Behandlung unterwegs um Infektionsübertragungen durch allenfalls unsterile Nadeln und Spritzen zu vermeiden)

Antwort: Ich möchte dies nicht generell empfehlen. Zu befürworten ist eine solche Ergänzung der Reiseapotheke z.B. für eine Motorradreise quer durch Afrika – nicht angezeigt dagegen für Badeferien in Mombasa oder in Thailand. Zwischen diesen Extremen liegt ein breites Spektrum von Reiseprogrammen, für welche

ich die Frage mit Ihnen anlässlich einer Reiseberatung abwägend besprechen kann.

Sollten Sie solches Injektionsmaterial auf Ihre Reise mitnehmen, ist ein ärztliches Zeugnis empfehlenswert, welches dessen ärztliche Verordnung und den Anwendungszweck bestätigt, um allfälligen Problemen bei Zollkontrollen vorzubeugen.

Schwangerschaft und Tropenreisen

- „Kann ich während einer Schwangerschaft eine Ferienreise in die Tropen machen?“

Antwort: Für Ferienreisen in Gebiete mit hohem Malaria-Übertragungsrisiko ist dringend abzuraten – unter anderem, weil die zuverlässig wirksamen Medikamente zur Malariaprophylaxe zumindest in den ersten 3 Monaten einer Schwangerschaft nicht eingenommen werden sollten. Zudem wurde nachgewiesen, dass Schwangere häufiger von Mücken gestochen werden. Ebenso sollte in solchen Gebieten und 2-3 Monate nach Rückkehr das Eintreten einer Schwangerschaft verhütet werden.

Zudem besteht in den Tropen generell ein gewisses Infektionsrisiko mit verschiedenen Erregern, welchem man in gemässigten Klimazonen mit gutem Hygienestandard weniger ausgesetzt ist.

Es ist zu empfehlen, diese Frage mit dem Hausarzt oder einem Facharzt für Tropen- und Reisemedizin zu erörtern.

Für Frauen, welche sich aus familiären, beruflichen oder anderen Gründen in den Tropen aufhalten müssen, besteht in der Frühschwangerschaft die Möglichkeit eine Malariaprophylaxe mit Chloroquin plus Proguanil, ab dem 2.Schwangerschaftsdrittel auch mit Lariam / Mephaquin durchzuführen. Trifft diese Situation für Sie zu, ist ebenfalls eine fachärztliche Beratung empfohlen.

Aktuelle Epidemie- und Gesundheitsrisiken

Wöchentlich ergänzte aktuelle Meldungen über spezielle Krankheitsrisiken in den verschiedensten Ländern finden Sie auf der Homepage der Schweiz.

Arbeitsgruppe für reisemedizinische Beratung: www.safetravel.ch

Dr.Kurt Markwalder
 Facharzt FMH für Innere Medizin
 Tropen- und Reisemedizin FMH
 Rämistr.3 8001 Zürich