

## Tropenreisen mit Kleinkindern

Die Planung des Reiseziels, die Wahl der Transportmittel und medizinische Vorkehrungen müssen sich an den Bedürfnissen des jüngsten Reiseteilnehmers orientieren (*Schubiger*). Bevor Sie eine Tropenreise mit Kleinkindern planen, stellen Sie sich die kritische Frage: wie viel Vergnügen wird diese Ihrem Kind vermitteln, und wie viel Stress für alle Beteiligten ist damit möglicherweise verbunden? Vermeiden Sie vor allem „Hyperaktiv-Ferien“!

Einige kinderspezifische Empfehlungen:

### Flugreisen

Früher auch für gesunde Neugeborene geltende Einschränkungen sind heute – für Reisen mit Linienflugzeugen – weitgehend aufgehoben. Vorsorgliche Information bei den benützten Airlines über interne Vorschriften – falls Sie mit einem weniger als 2 Wochen alten Kind reisen wollen – ist zu empfehlen.

Säuglinge und Kleinkinder können wegen gestörtem Druckausgleich zum Mittelohr vor allem beim Landeanflug Ohrenschmerzen entwickeln: Stillen / Trinken (für grössere Kinder auch Kaugummi-Kauen) können sich günstig auswirken.

Im Steigflug treten schmerzhafte Druckausgleichstörungen im Ohr seltener auf. Bedenken Sie, dass forciertes Trinken bei Säuglingen dafür umso mehr unangenehme Blähungen im Bauch bewirken kann.

Abschwellende *medikamentöse* Nasentropfen und -Sprays sollten bei Säuglingen und Kleinkindern nicht verwendet werden; geeigneter sind Salzwasser-Nasentropfen/-Sprays (z.B. Triomer®).

### Reisekrankheit

Zur medikamentösen Vorbeugung am besten geeignet ist Dimenhydrinat (z.B. DRAMAMINE, ab etwa 4 Jahren auch TRAWELL-Kaugummi), 1-2mg pro kg Körpergewicht, 30 Minuten vor Abflug / Abfahrt.

### Impfungen

Die im schweizerischen Impfplan vorgesehenen Impfungen für Kinder sollten vor Tropenaufenthalten überprüft und nötigenfalls ergänzt werden.

Je nach Reiseziel und Aufenthaltsdauer sind die im Merkblatt „Impfungen“ erwähnten Immunisierungen auch für Kinder empfohlen. Für einige Impfungen sind untere Altersgrenzen zu beachten, z.B.

- Gelbfieber nicht unter 6 Monaten
- Typhus nicht unter 2 Jahren
- Meningitis (ACWY-Polysaccharidimpfstoff) nicht unter 1 Jahr (nötigenfalls Meningitis-C-Konjugatimpfstoff ab 2 Monaten)
- Japanische Encephalitis nicht unter 1 Jahr

### Malaria-Prophylaxe

Auch Säuglinge und Kleinkinder sollten in Gebieten mit entsprechendem Risiko eine dem Körpergewicht angepasste Malaria-Prophylaxe einnehmen.

Mefloquin (Lariam®, Mephaquin®) wird von Kindern in der Regel sehr gut vertragen und kann ab einem Körpergewicht von 5kg (od. Alter von 3 Monaten) einmal wöchentlich eingenommen werden (ca. 5mg pro kg Körpergewicht einmal pro Woche). Detaillierte Empfehlungen erhalten Sie anlässlich unserer persönlichen Beratung.

### **Insektenschutz**

Die am zuverlässigsten schützenden DEET-haltigen Repellentien können bedenkenlos auch für Kleinkinder angewendet werden, wenn folgende Richtlinien beachtet werden:

- Produkte mit maximal 10% DEET-Konzentration (z.B. Exopic-8-Lotion®)
- Nicht den ganzen Körper behandeln, nur unbedeckte Körperstellen
- Finger nicht behandeln
- Beim Zu-Bett-Gehen (unter Mückennetz) abwaschen

DEET-freie Präparate, die vom Hersteller speziell für Kleinkinder empfohlen werden: Exopic-8-Spray (EBAAP), Antibrumm-Sensitive (EBAAP), Autan-Family-Milk (Bayrepel).

### **Reisedurchfall**

Je jünger ein Kind, desto gefährlicher sind Flüssigkeitsverluste durch Erbrechen und Durchfall!

Zum Flüssigkeitserersatz sind Glucose-Elektrolytlösungen, welche mit standardisiertem Pulver zubereitet werden, empfehlenswert: Oralpädon®, GES-45®. (Die Mineralpulvermischungen für Erwachsene sind für Kleinkinder wegen dem höheren Kochsalzanteil weniger geeignet. – Ungeeignet: Coca-Cola; isotonische Sportler-Getränke).

Im Notfall kann eine Flüssigkeits-Ersatzlösung zubereitet werden mit 50g Zucker (=10 gestrichene Teelöffel) + 3 Prisen Kochsalz in einem Liter Wasser.

Einzugebende Menge: ca. 30-50ml pro kg Körpergewicht in den ersten 3-4 Stunden – löffelweise und wenn möglich gekühlt.

*Loperamid / Imodium®* oder andere medikamentöse „Stopfmittel“ sollten für Kleinkinder **nicht verwendet** werden, insbesondere nie für Kinder unter 2 Jahren!

*Antibiotika:* Die allenfalls in der „Erwachsenen-Reiseapotheke“ mitgeführten Antibiotika dürfen für Kleinkinder nicht verwendet werden. Für spezielle Risikoreisen erhalten Sie in der Beratungs-Sprechstunde nötigenfalls ein Rezept mit individueller Gebrauchsanweisung.

### **Reiseapotheke**

Wenn Sie sich an die „Check-Liste Reiseapotheke“ (Informationsblatt Nr.8) halten, liegen Sie grundsätzlich richtig.

Beachten Sie zudem für eine kindergerechte Ergänzung:

- Schmerz-/Fiebermittel: kindergerechte Dosierung und Darreichungsform (Dafalgan®-Pulver; ev. Zäpfchen\*)
- Sonnenschutz: *Blocker* mit hohem Schutzfaktor (z.B. Micro-Sun-20)
- Nasenspray: keine medikamentösen, nur geeignete Salzwasser-Lösung (z.B. Triomer®-Spray/Monodose)
- Gegen Erbrechen: Itinerol-B6® - Kinderzäpfchen\* (od. ev. Primperan®-Tropflösung, rezeptpflichtig)

\*) bedenken Sie, dass sich Zäpfchen bei hohen Temperaturen verflüssigen !

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