



REISEVORBEREITUNG

Kenia 13th Moot 2010

Zürich, den 13. März 2010
 Merkblatt Kenya kurz.docx

Kompakte Übersicht über die reisemedizinischen Vorbereitungen

Impfung/Schutz	Länge des Schutzes	Bemerkung/Impfschema
Diphtherie-Tetanus-Polio	10 Jahre	Meist Auffrischimpfung: kombiniert, evtl. zusammen mit Keuchhusten (Pa)
Masern-Mumps-Röteln	Nach 2 Impfungen Lebenslang	Wenn alle Krankheiten sicher durchgemacht (oder vor 1963 geboren), keine Impfung notwendig
Varizellen (Windpocken)	Nach 2 Impfungen Lebenslang	Wenn Krankheit durchgemacht, keine Impfung notwendig
Hepatitis A + B	Whrs. lebenslang nach korrekter Grundimpfung	Falls schon gegen eine Art der Hepatitis korrekt geimpft, dann nur noch Impfung gegen zweite notwendig (Einzelimpfstoff)
Gelbfieber	10 Jahre	Zum Reisemediziner oder ans Impfzentrum
Meningokokken-Meningitis	3-5 Jahre	„Afrikanische“ Variante: Schutz vor Meningokokken Gruppe A,C,W ₁₃₅ ,Y

Anderes:

1. Malariaphylaxe

1.1. **Mückenschutz:** Vor allem Nachts mit Kleidern (imprägnieren mit Insektizid), Mückenschutzmitteln (Repellents wie *Anti Brumm forte*, *Anti Insect forte*, *Autan active Pump Spray*, *ExoPic 12 forte*, *KIK activ*, *Tiptop DEET Spray/Stick*, *Willi Repellent Spray*) und Moskitonetz.

1.2. **Medikamentöse Prophylaxe:** regelmässig Einnahme eines Medikamentes beginnend vor Abreise, während und über die Rückkehr hinaus (Lariam, Malarone, Mephaquin oder ein Präparat mit Doxycyclin – **mit dem Arzt besprechen**)

2. Intelligent Essen: „Cook it, boil, peel it – or forget it“.

3. Schutz vor Körperflüssigkeits-übertragenen Erkrankungen (z.B. geschützter Geschlechtsverkehr, keine Tattoos oder Piercing unter zweifelhaften Umständen)

4. Sonnenschutz

5. Kein Waten/Baden in Süsswasser ausserhalb Swimmingpool (Bilharziose).

6. Nach Biss durch Säugetier (Hunde, Katzen Affen etc.) Wunde gründlich mit Wasser und Seife reinigen und Arzt aufsuchen (für Impfserie gegen Tollwut).

7. Reiseapotheke mit regelmässig in der Schweiz eingenommenen Medikamenten (doppelte Menge, verteilt auf Handgepäck und Koffer), Malariamedikament, Fiebersenkende- und Schmerzmittel (Kein Aspirin!), Durchfall-hemmendes Medikament, Verbandstoff und Desinfektionsmittel (vgl. auch Liste unter: <http://www.tropdoc.ch/doc/Reiseapotheke.pdf>).

8. Nach Rückkehr bei Fieber, anhaltendem Durchfall, Hautausschlägen oder Geschlechtskrankheit Arzt aufsuchen und auf Keniaaufenthalt aufmerksam machen.