

**Impfratgeber
für Rucksackreisende
mit Reiseziel Südostasien
(Bundesland Baden-Württemberg)**

3

essentielle Fakten für Reiseimpfungen

DISCLAIMER

Die hier dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens!

Alle Impfungen und Medikamente sind nur mit Rezept erhältlich.



Kurzübersicht

1. Impfvorschriften & Empfehlungen
2. Kostenübersicht und Details zur Kostenübernahme
3. Herausforderungen und Insider-Tipps

Bei Reisen nach Südostasien werden eine Reihe von Impfungen **empfohlen**, welche sich nur wenig für die im geographischen Einzugsgebiet liegenden Länder unterscheiden. Die hier aufgeführten Informationen wurden konkret in Vorbereitung einer **vierwöchigen Thailandreise** gesammelt.

1. Impfvorschriften & Empfehlungen

- ❖ keine Impfpflicht als Kriterium für Einreise
- ❖ Grundimpfungen sollten erfolgt sein
> gleichgeltend wie für Deutschland auch <

Diphtherie, Hepatitis A + B, Masern, Mumps, Keuchhusten, Polio, Röteln, Tetanus

- ❖ Zusätzliche Reiseimpfungen & Prophylaxe werden empfohlen

Je nach Dauer und Reise-Art: Tollwut, Typhus, Cholera, Japanische Enzephalitis, Meningokokken

In meinem speziellen Fall habe ich mich für die folgend gelisteten Impfungen entschieden.
Ausschlaggebende Faktoren waren

(a) die Höhe des potentiellen Infektions-Risikos,

(b) das detaillierte Krankheitsbild und

(c) die konkreten Reisepläne.

Der Fakt, dass eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich ist, erleichterte die Entscheidung.

Nachfolgend einige Informationen rund um die Impfungen selbst: möglicher Impfstoff, benötigte Menge und zu erwartender Preis.

Bezeichnung Krankheit	Tollwut	Japanische Enzephalitis	Malaria- Prophylaxe	Thypus
Bezeichnung Impfstoff	RAPIBUR	IXARIO	MALARONE	THYPHORAL
Risikofaktoren	Kontakt mit infizierten Affen, Fledermäusen, Straßenhunden und Straßenkatzen	(1) Landwirtschaftlich genutzte Gebiete (2) Allgemeine Tendenz zu Mückenstichen	(1) Ursache: Nachtaktive Mücken (2) Kein 100%iger physikalischer Mückenschutz	Verunreinigtes Wasser und Speisen
Krankheitsverlauf	Kann tödlich verlaufen	Kann tödlich verlaufen	Kann tödlich verlaufen	zur Prävention von Durchfällen, Fieber und Bauchkrämpfen
Korrelation mit Reiseroute & Aufenthaltsorten	Erhöhtes Risiko: Bei Individualreisen und Backpacker-Trips / Geplante Wanderungen durch Dschungelgebiet	Vor allem in ländlichen Gebieten, Gebieten mit Reisanbau	Bangkok gilt als malariafrei, jedoch Gefahr für Malariainfektion auf diversen Inseln und im ländlichen Raum	Keine Korrelation > <u>Ziel</u> : Reiseverlauf angenehmer gestalten / Körper nicht unnötig schwächen
Impfart	Spritze	Spritze	Tabletten	Schluckimpfung
Impfschema	Tag 0 Tag 7 Tag 21 oder 28	Tag 0 Tag 28	Mitnahme zur Einnahme bei mögl. Symptomen	Tag 1 Tag 3 Tag 5
Zu erwartende Kosten	3 Impfdosen je 75 €	2 Impfdosen je 96 €	1 Packung (12 Tabl.) je 68 €	3 Kapseln gesamt 29 €

Tabelle 1

2. Kostenübersicht und Details zur Kostenübernahme

Die reinen Apotheken-Kosten sind in Tabelle 1 ersichtlich – Grundlage sind meine Erfahrungswerte (Stand: 2017). Tabelle 2 gibt eine Kurzübersicht zum Potential der Kostenübernahme durch die Krankenkasse - konkret ist es mir hier möglich, die Modalitäten zweier Krankenkassen zu teilen. Klare Empfehlung meinerseits ist die BKK-SBH, da hier keinerlei Eigenanteil zu tragen ist und sich die Abwicklung mit der Institution strukturiert und einfach gestaltet hat.

Krankenkasse	Übernahme-Potential	Schritte zur Kostenerstattung
BKK-SBH (Trossingen)	100%	Auf dem Postweg: Einsendung eines Antrag auf Kostenerstattung inklusive Rezepte und Zahlbelege im Original
AOK Baden-Württemberg	50 € je Impfung Maximal 150 € pro Jahr	

Tabelle 2

3. Herausforderungen und Insider-Tipps

Herausforderungen während des Prozesses	Insider-Tipp
<p>Lieferengpass des Impfstoffes <i>Rabipur gegen Tollwut</i></p>	<p><u>Umgang mit akutem Lieferengpass von Rabipur</u> <i>Tipp 1: Restbestände in Apotheken</i> ausfindig machen <i>Tipp 2: Besuch im Reiseinstitut Tübingen</i> *Impfsprechstunde Mo bis Fr [ohne vorherige Anmeldung] *Erhöhte Kosten von 138€ wurden durch BKK-SBH übernommen *Beratung gegen Gebühr ist ebenfalls hier möglich</p>
<p>Planung der Impfungen / <i>Beachtung Impfschema</i></p>	<p>Gang zum Experten wie Reisemediziner oder Reiseinstitut (sofern dies möglich ist) erspart unter Umständen Zeit und Nerven und ermöglicht eine umfassende, kompetente Beratung & Planung. Es sollte ausreichend Zeit zwischen verschiedenen Impfungen gegeben werden, damit der Körper sich bestmöglich anpassen und erholen kann (siehe nächster Punkt). Daher ist ein rechtzeitiger Impfbeginn essentiell.</p>
<p>Erschwerte Integration in den Alltag <i>aufgrund möglicher Nebenwirkungen</i></p>	<p>Die Impfungen werden je nach Typ und körperlicher Verfassung des Patienten verschieden gut vertragen. Bis zu drei Tage nach der jeweiligen Impfung sind allerdings häufig Beschwerden wie Unwohlsein, Muskelschmerzen, Lymphschwellungen und grippeähnliche Symptome zu verzeichnen. Daher sollte man von sportlicher Anstrengung und Stressfaktoren während dieser Zeit absehen.</p>

Tabelle 3

Die Thematik „Impfung“ ist in unserer Gesellschaft zu einer großen Kontroverse herangewachsen. Abgesehen davon, ob man für oder gegen Impfungen ist, war es mein Ziel, mit den hier präsentierten Informationen eine **kompakte**, auf **Fakten** und **empirischen Erfahrungen** basierende Übersicht zur konkreten Möglichkeit von Reiseimpfungen für den südostasiatischen Raum zusammenzustellen.

Autor & Copyright: www.franzis-world.com