

Reisemedizin

Herr Dr. Gallus Heeb aus St. Gallen, machte uns fit für die nächste Reise in ferne Länder. Es sind nicht überall so viele Kinder geimpft wie in der Schweiz. Immerhin sind es bei uns 85%. Trotzdem treten zum Beispiel Masern, wieder häufiger auf. Impfgegner gibt es eben immer noch.

Diverse Impfungen müssen mehrmals, in gewissen Abständen, wiederholt werden um einen genügend Schutz aufzuweisen.(siehe Anhang von gsk)

Auf unserem Beruf steht immer noch die Hep B Impfung im Vordergrund! Bei korrekter Verabreichung (3 Impfungen) hält diese in 95% aller Fälle ein Leben lang.(SUVA Vorschrift)

Es zeigte sich auch einmal mehr, eine gute Vorbereitung lässt einem einfach viel entspannter Reisen. Idealerweise 3 Monate vor Reisebeginn Impfungen abklären. Infos unter www.osir.ch oder über Google: Impfung für entsprechendes Reiseland eingeben

Was gehört in die Reiseapotheke?

Je schwerer die Hygienebedingungen, je weiter weg von der Zivilisation desto grösser ist die Reiseapotheke:

Medikament gegen Durchfall; Malariamittel, Schmerzmittel, Antibiotika, Desinfektionsmittel, Verbandsmaterial

Als das Thema Tollwut zur Sprache kam war ich doch etwas überrascht. Für mich war die Tollwut "ausgestorben" was für ein Irrtum meinerseits...

Deshalb Vorsicht beim streicheln eines streunenden Hundes im Ausland oder vor den süssen kleinen Fledermäusen. Vor allem in Thailand ist die Tollwut sehr verbreitet. Wenn man doch von einem Tier gebissen wird bitte sofort zum Arzt gehen.

Was darf man Essen/Trinken im Urlaub?

Auch hier sind die Hygienezustände des Landes sehr massgebend.

-Am besten ist aber alles was gekocht, geschmort oder gebraten wurde

-Rohkost eher nicht oder nur mit Vorsicht

-Getränke: heisser Tee, Cola, Wein, Kaffee,

-Wasser nur in original verschlossenen Flaschen

Es ist aber auch nicht jede Person gleich "empfänglich" für die Bakterien....

Täglich einen kleinen Whisky für die innere Desinfektion schadet auch nicht.

Wenn Ihr euch genauer über diverse Impfungen informieren möchtet könnt ihr dies unter der Homepage von Dr. Gallus Heeb, www.osir.ch Die Seite wurde vor 20 Jahren von Dr. Heeb aufgebaut und auch noch heute von Ihm betreut.

kleiner Pieks – grosse Wirkung
Impfplan 2017
 nach Bundesamt für Gesundheit




Alter	Basis-Impfungen	Ergänzende Impfungen
2 Monate	Diphtherie, Tetanus ¹ , Pertussis ² , Polio ³ , Hib ⁴ , Hepatitis B*	Pneumokokken
4 Monate	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Polio, Hib, Hepatitis B*	Pneumokokken
6 Monate	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Polio, Hib, Hepatitis B*	
12 Monate	Masern, Mumps, Röteln	Pneumokokken (Nachholimpfungen bis 5. Geb.)
12–15 Mte.		Meningokokken C: 1. Dosis (Nachholimpfung bis 5. Geb.)
15–24 Mte.	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Polio, Hib, Hepatitis B*, Masern, Mumps, Röteln	
4–7 Jahre	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Polio, Nachholimpfung Masern, Mumps, Röteln	
11–14 Jahre	HPV ⁵ ♀ (2 Dosen)	HPV ⁵ ♂ (2 Dosen)
11–15 Jahre	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Hepatitis B** (2 od. 3 Dosen je nach Schema), Varizellen ^{6a} (2 Dosen) Nachholimpfung Polio, Masern, Mumps, Röteln	Meningokokken C: 2. Dosis (Nachholimpfung bis 20. Geburtstag)
15–19 Jahre	Nachholimpfung HPV ♀ (3 Dosen)	Nachholimpfung HPV ♂ (3 Dosen)
25–29 Jahre	Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Hepatitis B**	
Erwachsene	Diphtherie, Tetanus (alle 20 Jahre, ab 65 Jahren alle 10 Jahre), Polio (Auffrischung vor Reisen in Polio-infizierte Länder), Nachholimpfung Masern, Mumps, Röteln ⁶ , Varizellen ^{6a} , Hepatitis B**, Grippe ab 65 Jahren (jährlich)	Nachholimpfung HPV 20–26 Jahre ♀♂ (3 Dosen)




1 Tetanus = Stankrampf, 2 Pertussis = Keuchhusten, 3 Polio = Kinderlähmung;
 4 Hib = *Haemophilus influenzae* Typ B, 5 HPV = Humane Papillomaviren;
 6 Varizellen = Windpocken/Wilde Blattern/Spitze Blattern.
 * Hepatitis B-Impfung prioritär für Jugendliche im Alter von 11–15 Jahren empfohlen.
 Kann aber in jedem Alter verabreicht werden. Auch bei Säuglingen mit 6-fachem Impfstoff möglich.
 ** Nachholimpfungen in jedem Alter ausser bei fehlendem Expositionsrisiko.
 # Impfung bzw. Nachholimpfung für Varizellen für alle 11- bis 39-jährigen Personen, welche die Varizellen nicht durchgemacht haben.
 # alle nicht geimpften (nicht immunen) nach 1963 geborenen Personen.
 Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an ihren Arzt/ihre Ärztin.

GlaxoSmithKline AG, Talstrasse 3–5, CH-3053 Münchenbuchsee

CH/BAK/0069/15/2/15.02.2017/02.2017/30000/CAD

Euer Vorstand