

Prof. Dr. Martina Sterneck
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
1. Medizinische Klinik / Ambulanzzentrum

Dr. Anna Nolde
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Universitäres Transplantations Centrum



Ab in den Urlaub Was müssen Transplantierte im Urlaub beachten

No conflicts of interest

Wohin soll's gehen?



Wohin soll's gehen?

Kriminalitätsrate

Häufigkeit von
Demonstrationen und Unruhen

Risiko von Terrorismus und
bewaffneten Konflikten

Ein- und
Ausreisebestimmungen

Transportmöglichkeiten

Streiks, Infrastruktur

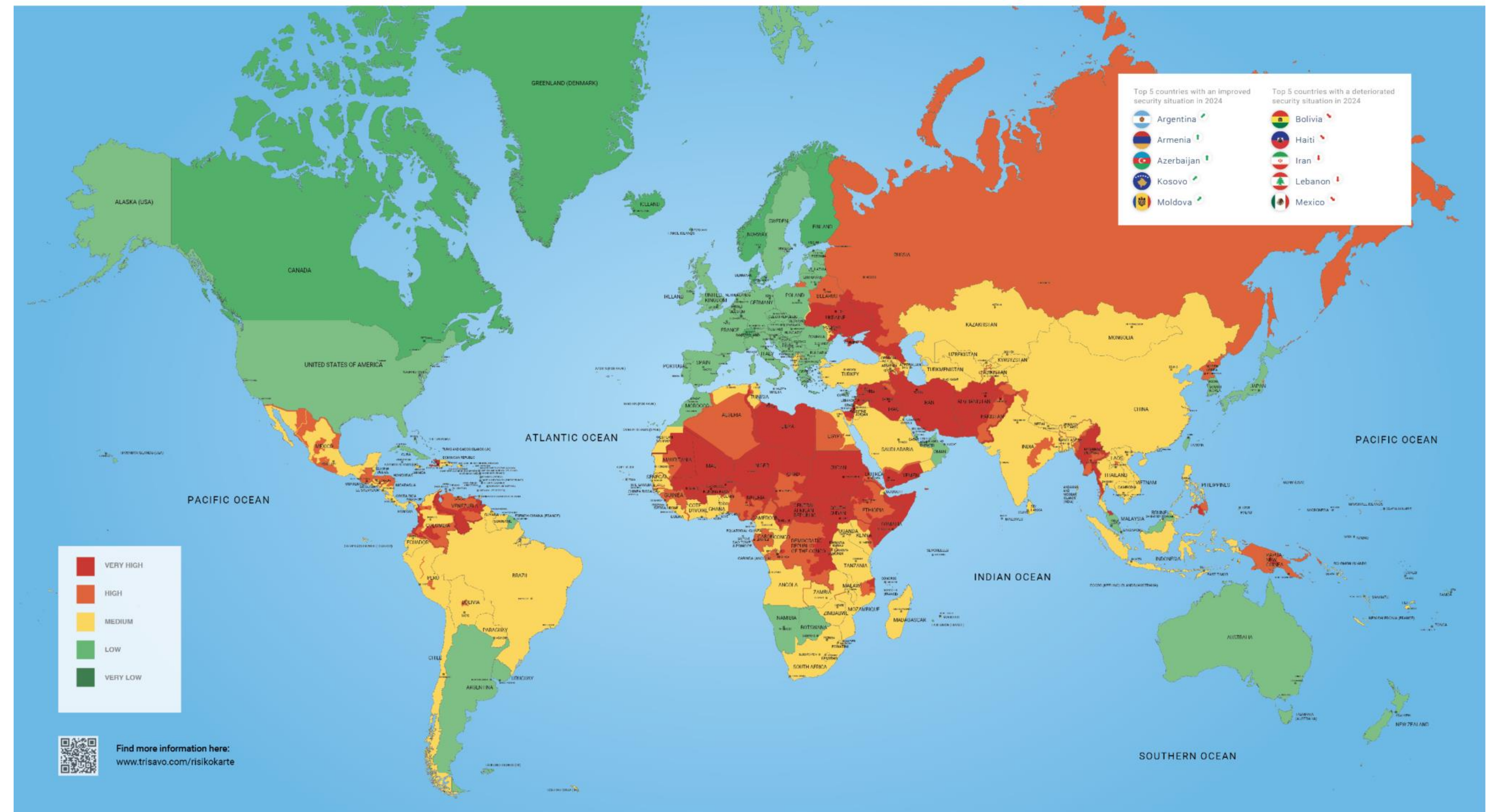
Gesundheitsversorgung

Naturgefahren und
Umweltaspekte



RISK MAP 2025

Global Monitoring



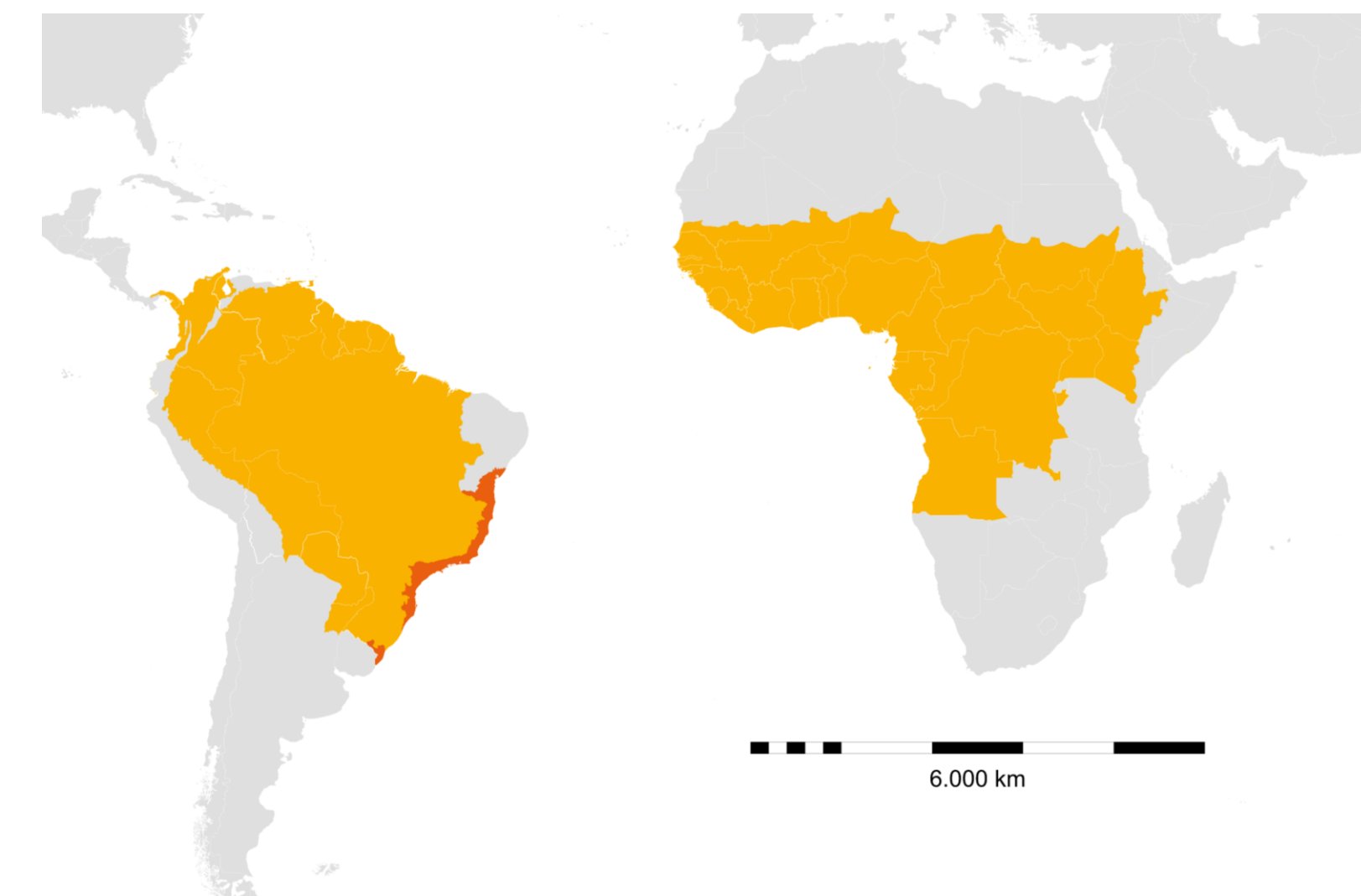
Travel Security Solutions
Making your world a little safer



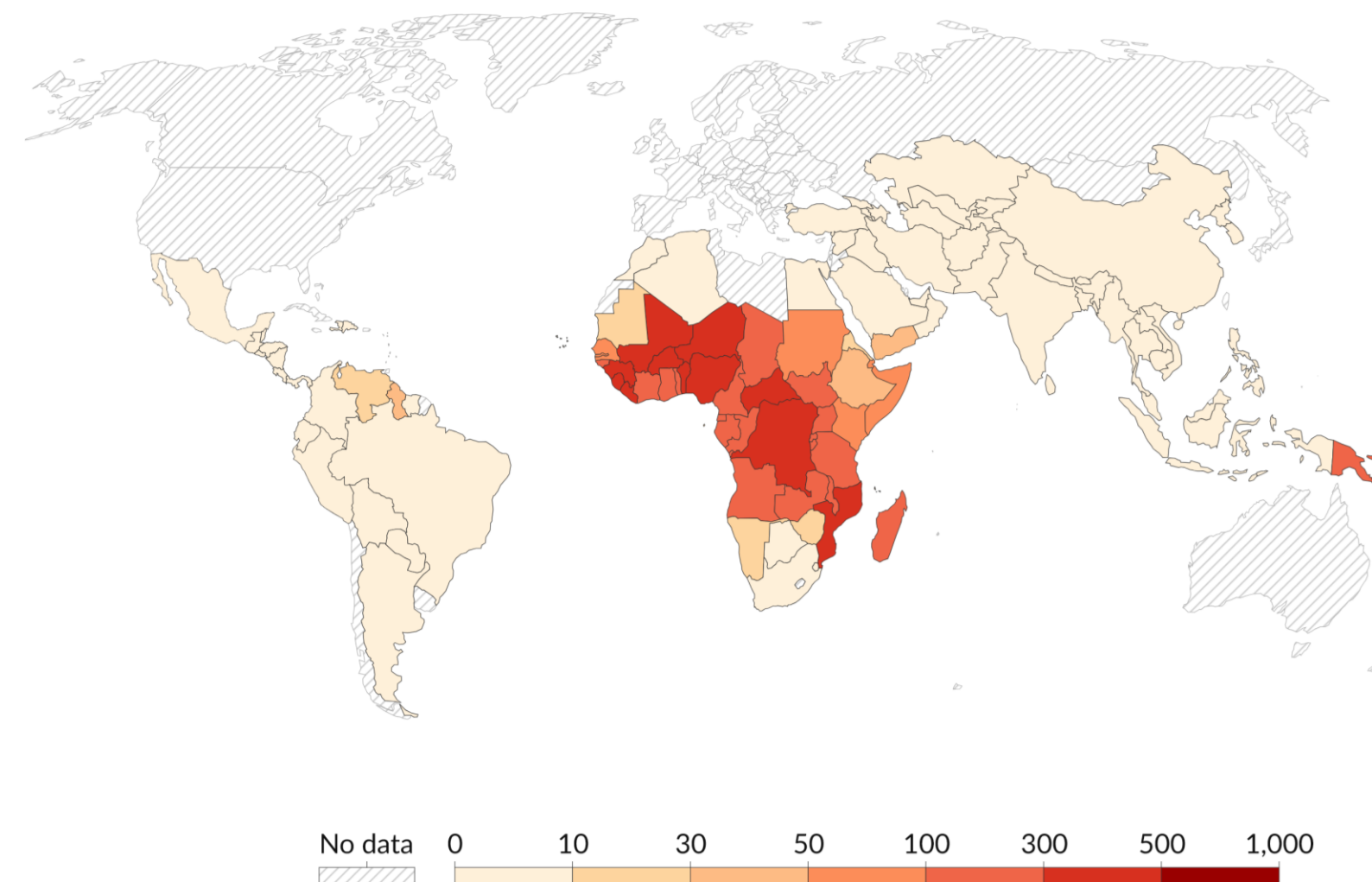
Scan and download the latest version
More information online:
www.global-monitoring.com



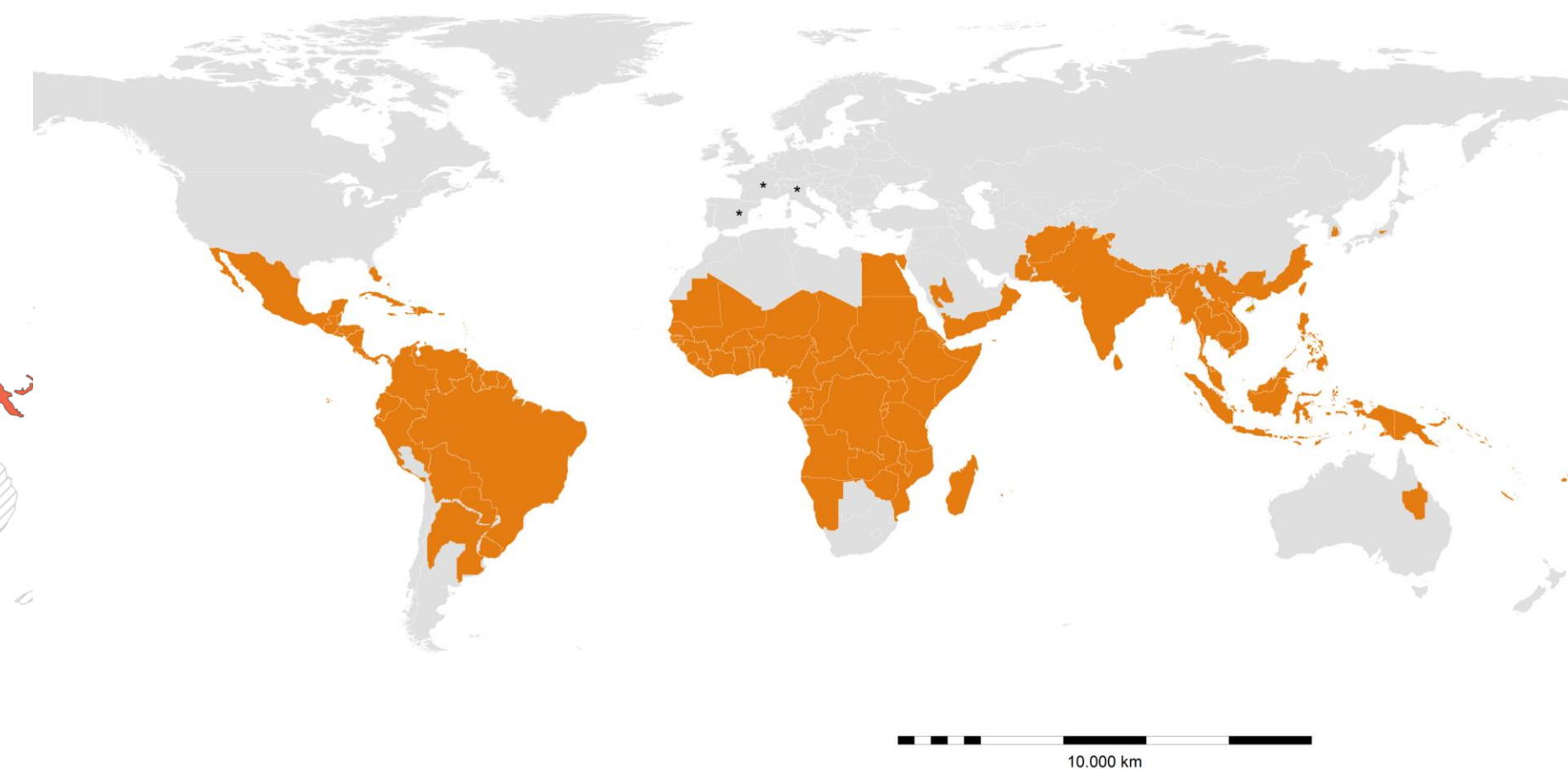
Wohin soll's gehen? Tropenkrankheiten



Gelbfieber

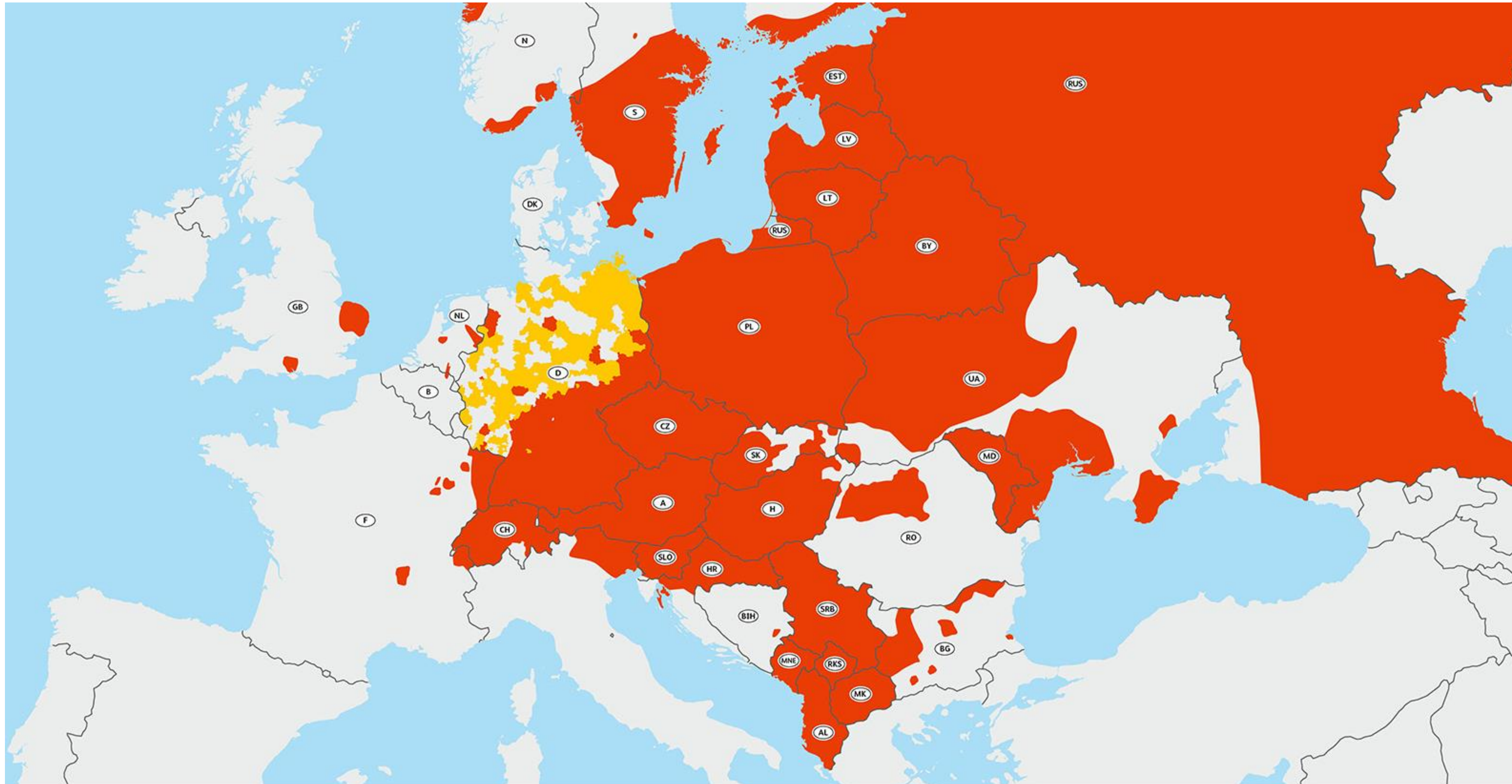


Malaria



Dengue

Wohin soll's gehen? FSME



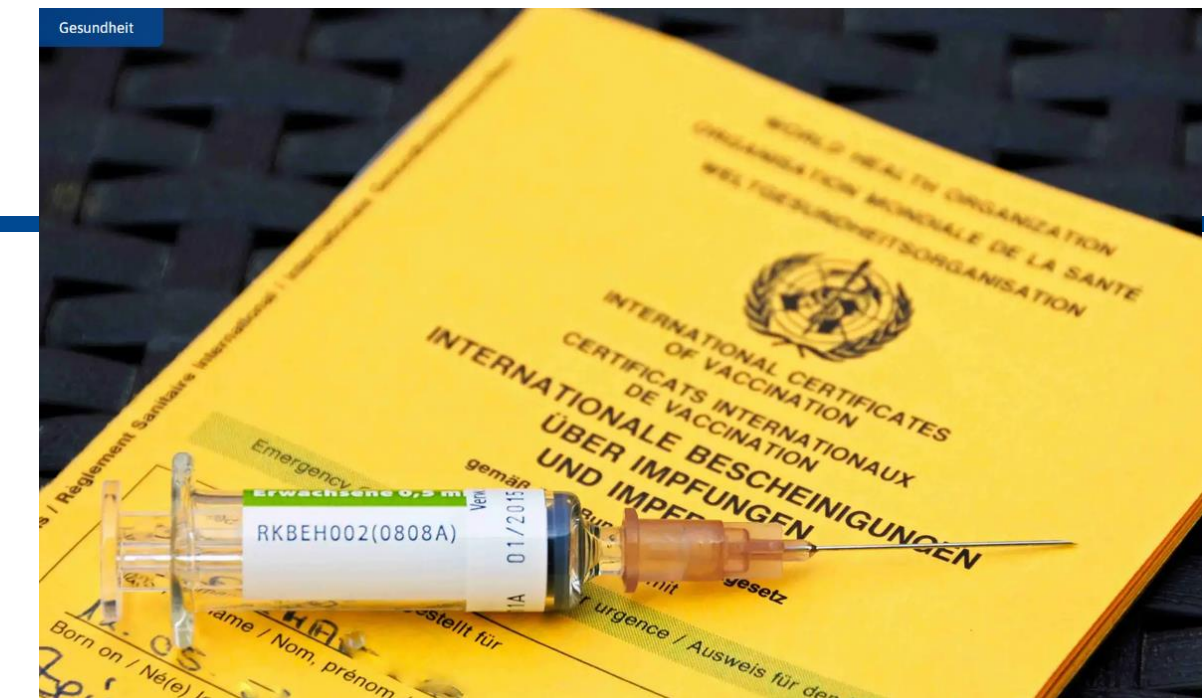
Wohin soll's gehen?

- **Medizinische Versorgung**
- **Hygienestandard**
- **Infektionsrisiko**
- **Extreme Wetterbedingungen**
- **Allgemeine Sicherheit**



Impfcheck- nicht nur vor der Reise -

Unbedingt Impfen, aber keine Lebendimpfstoffe !



Regelmäßige Impfung/Auffrischung:

- Tetanus/Diphtherie/Pertussis/Polio
- Hepatitis A und B
- Pneumokokken
- Meningokokken

Im Flugzeug/auf dem Kreuzfahrtschiff

- Influenza
- Covid 19
- evtl RSV (> 60 Jahre)

Cave: Lebendimpfstoffe

- Masern
- Mumps
- Röteln
- Gelbfieber



- Frühsommer Meningoenzephalitis (FSME)
- Borreliose

Schutz durch Kleidung und Antirepellents !

- Sprays mit Icaridin oder DEET
- Lange Hose, Strümpfe, langärmliges Hemd
- Imprägnierte Kleidung
- Stichfeste Kleidung
- Zügiges Entfernen von Zecken !





Frühsommer Meningoenzephalitis (FSME)

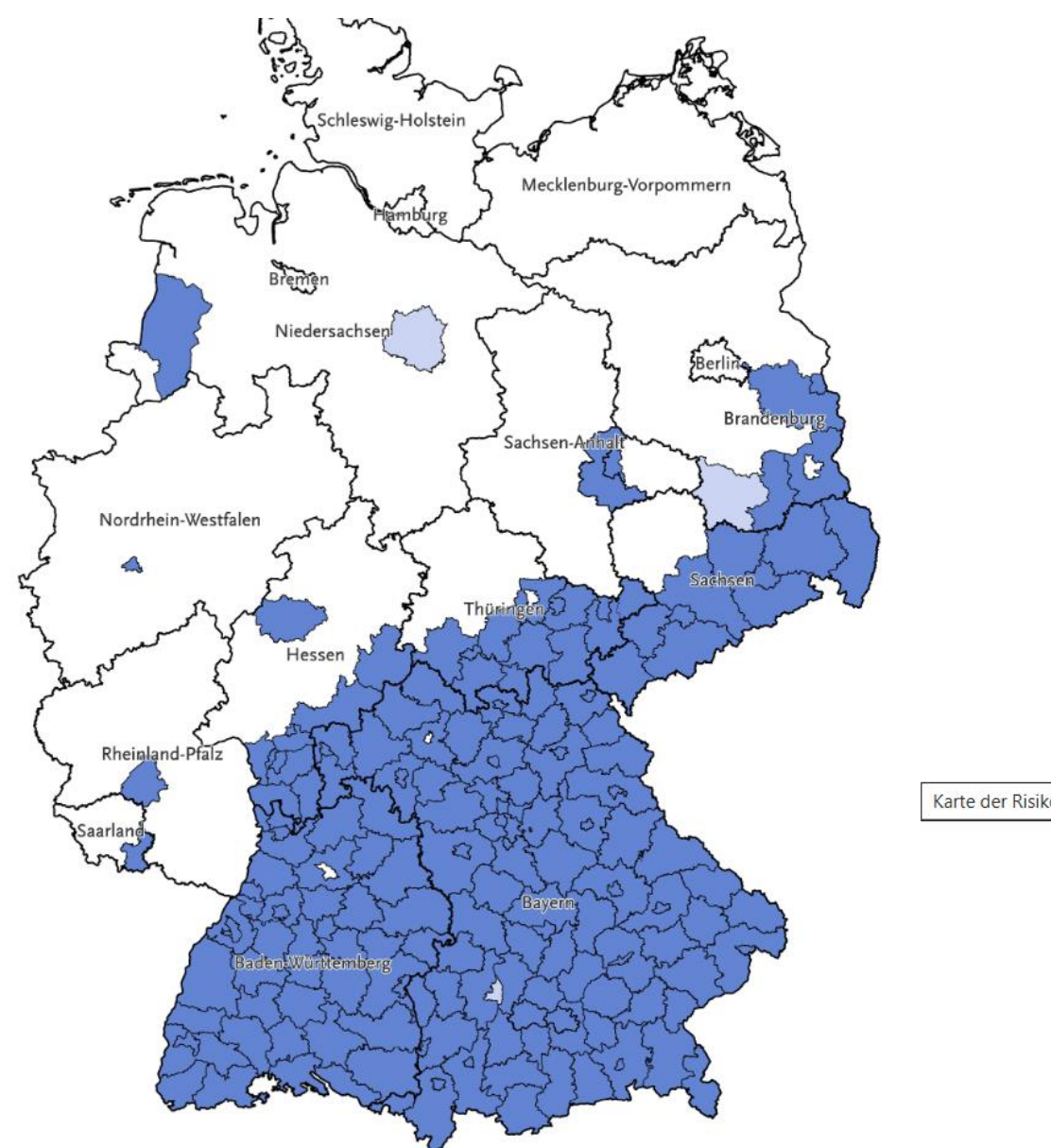
Charakteristika

- Virusinfektion
- Grippeähnliche Symptome, Hirnhautentzündung
- 5% der Zecken sind infiziert
- Keine Medikamente
- **Schutz durch Kleidung und Antirepellents**

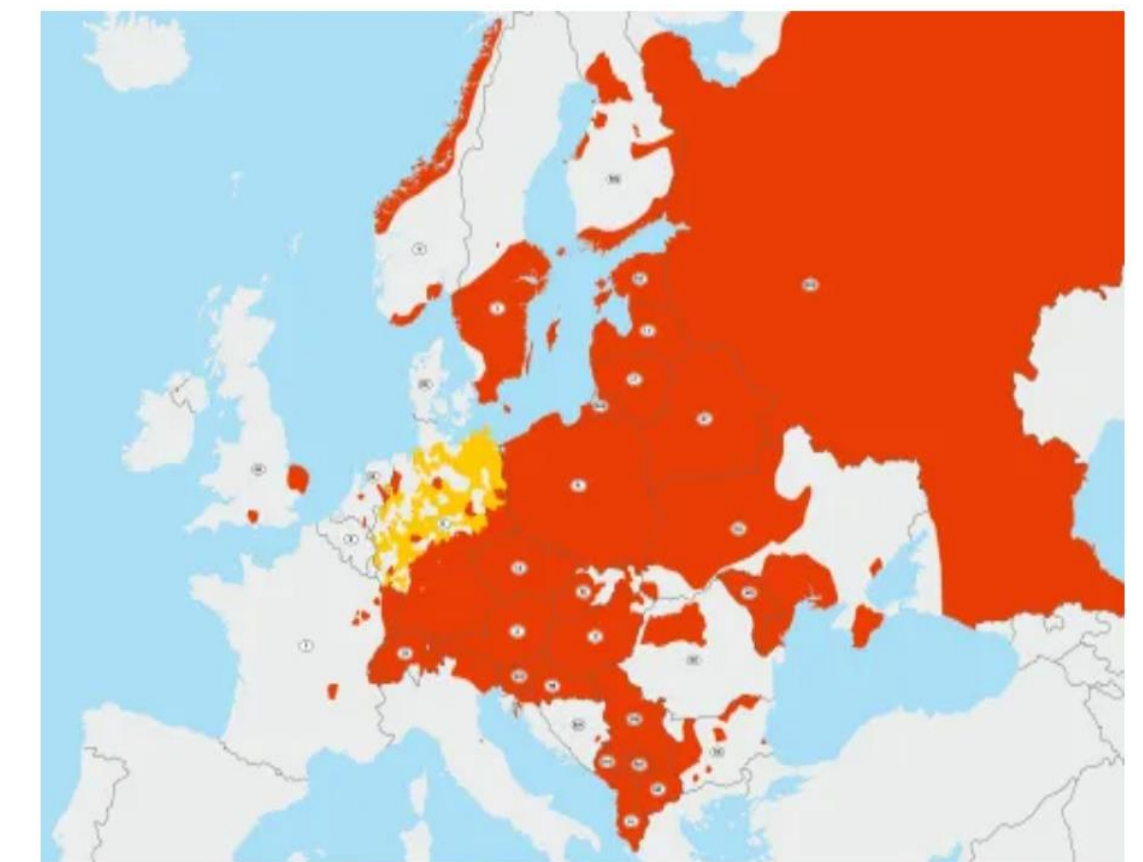
Impfung:

- Schnellschema vor dem Urlaub
- Auffrischung nach 3 Jahren

Risikogebiete Deutschland



Risikogebiete Europa



Borreliose

Charakteristika

- Bakterielle Infektion
- Häufiger als FSME
- Risiko einer Übertragung 2-5%
- Keine Impfung möglich
- **Schutz durch Kleidung und Antirepellents**

Symptome im Frühstadium

- Wanderröte nach 1-2 Wochen
- Fieber, Gliederschmerzen, Kopfschmerzen
- Bluttest
- Antibiose !



Kontrolle der Einstichstelle !

Beratung im Tropeninstitut

Reise-Impfungen

- Hepatitis A/B
- Typhus (Achtung: Totimpfstoff)
- Tollwut

Problematisch

- **Gelbfieber - Lebendimpfung!**
- **Dengue - Lebendimpfung!**



➤ **Gegen viele Tropenerkrankungen kann man leider nicht Impfen !**

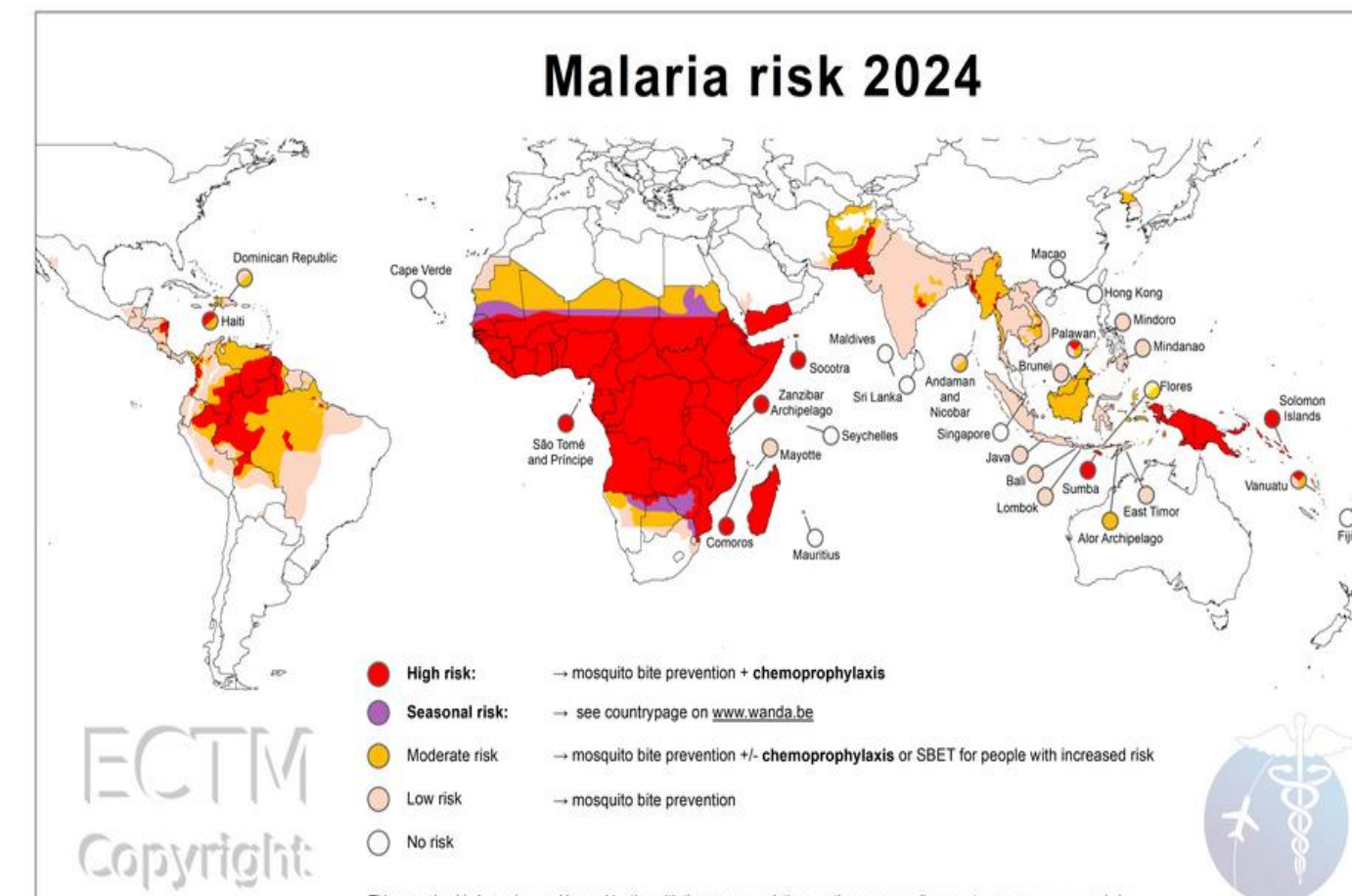
Beratung im Tropeninstitut

Malaria !



Mückenschutz: kein Stich keine Malaria !

„Nacht“ aktive Mücken



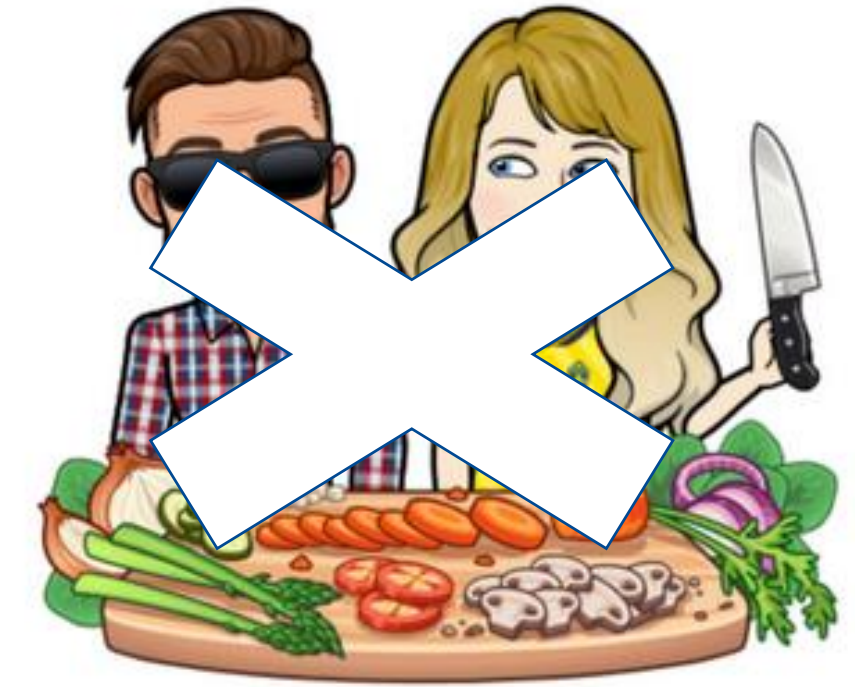
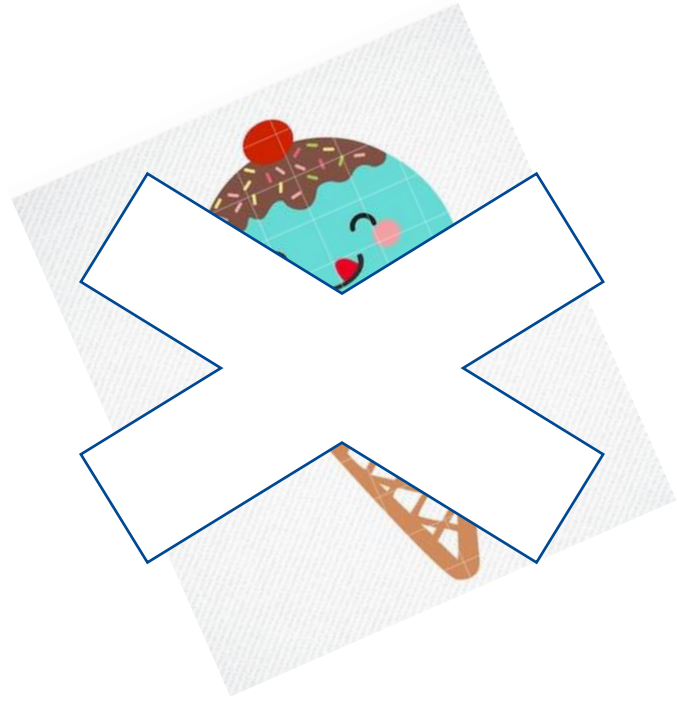


Risiko für Hautkrebs ist bis zu 65-250-fach erhöht



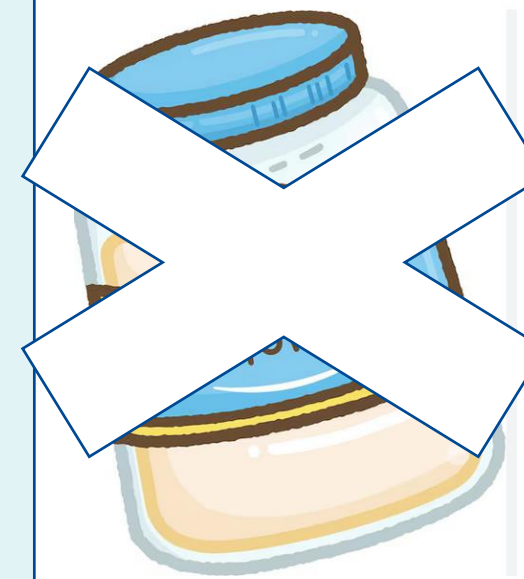
- LSF 50+ mit UV A/B UVA
- wasserfest
- viel (z.B. 1 TL für das Gesicht)
- VOR dem Mückenschutz auftragen
- Nachcremen alle 2 Stunden

Vermeidung von Reisedurchfall



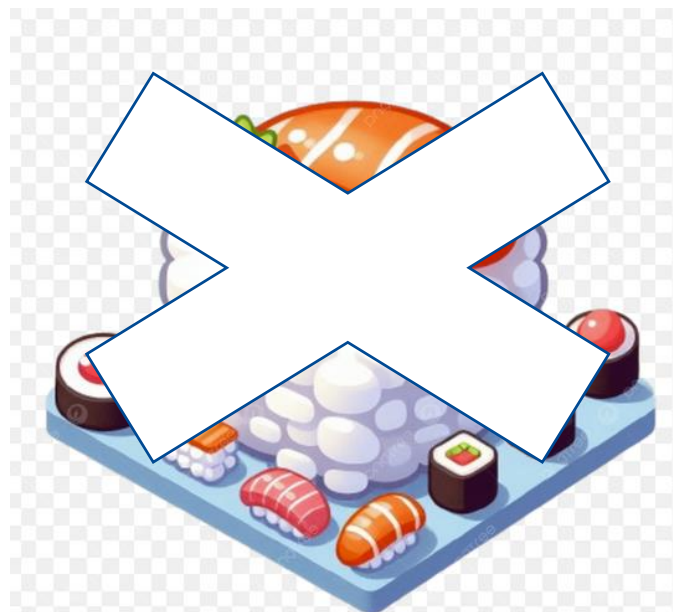
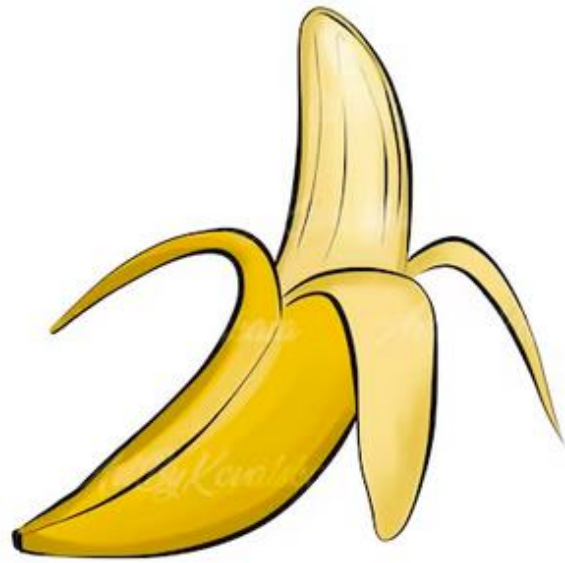
Wasser:

- **KEIN Leitungswasser!**
- auch Nicht zum Zähneputzen
- stets aus Flaschen
- abgekocht
- Keine Eiswürfel !



Nahrung:

- **Nichts Rohes !**
- **Kein Salat, keine Kräuter**
- **Nur geschältes Obst**
- Kein Straßenessen
- Kein Eis !
- Keine verdorbenen Speisen



Hände Desinfektion !

Und was gehört in den Koffer?



Und was gehört in ~~den Koffer?~~ das Hangepäck?

- **Medikamente, am besten Reserve im Koffer**
- **Medikamentenplan, Arztbrief**
- **Notfallkontakte**
- **Sonnenschutz, Hygieneartikel, Desinfektionsgel**
- **Reiseapotheke**

Was wenn ich doch krank werde?



Reiseapotheke für den Notfall

- Fieber: Paracetamol
- Durchfall: Loperamid, Rifaximin
- Übelkeit: MCP, Vomex
- Antibiotikum
- Rehydrationslösungen

Allgemeine Regeln:

- Fieberthermometer
- **Arzt aufsuchen !**
- **Genügend Flüssigkeit!**

Zusammenfassung - Wie muss ich mich vorbereiten?

- Sprechen Sie mit Ihrer Transplantationsambulanz
- Klären: Impfungen, Reisefähigkeit, Medikamente, Versorgung vor Ort
- Ggf. Auslandsreiseversicherung, Reiserücktrittsversicherung
- **Frühzeitig! Ggf. schon 3-6 Monate vorher**

