

## **Unerwartete Krankheit im Tauchparadies - worauf muss ich mich vorbereiten?**

**Dr. med. Markus Klingenberg, Bonn**

**"Reisen wirkt sich positiv auf den Gesundheitszustand des Reisenden aus." (1)**

**Fakten: Reisen 2011** (Deutscher Reiseverband 2011)

- Die durchschnittliche Urlaubsreise dauerte 10,5 Tage.
- Es gibt in Deutschland 10.200 Reisebüros und damit die weltweit höchste Dichte.
- 53,6 Mio. Reisende buchten 69,5 Millionen Urlaubsreisen (1,3/Person)
- 198,2 Millionen Fluggäste starteten und landeten in Deutschland.
- Ein extrem stark wachsender Markt ist weiterhin der Kreuzfahrtenmarkt.
- Die Ausgaben für Auslandsreisen betragen 60,7 Milliarden Euro, für Inlandsreisen 61,7 Milliarden.
- 31,8% der Reisen nach Deutschland, 68,8 % Auslandsreisen, davon 6,5% Fernreisen.  
Den Hauptteil bilden die Bereiche Nah-/Mittelstrecke mit dem Schwerpunkt Mittelmeerländer 35,5%.
- Symptomatische Beinvenenthrombosen bei Langstreckenflügen ca. 0,2%.
- Asymptomatische Beinvenenthrombosen bei Langstreckenflügen ca. 1%.
- **Tipp:** Mind. 100 ml/Flugstunde trinken, dabei wenig Kaffee und Alkohol. Ggf. Stützstrümpfe und eine einmalige Gabe eines niedermolekularen Heparins.

### **Häufige Erkrankungen im Ausland**

Besonders relevant für Taucher ist ein Durchfall (Diarrhöe).

- 20-70% bei Fernreisenden
- Führende Länder Ägypten, Indien, Türkei.
- In der Hälfte der Fälle ist keine Erregerdiagnostik möglich.

- Besonderes Risiko für Taucher ist das erhöhte Risiko einer Dekompressionserkrankung durch den Flüssigkeitsverlust.

### **Welche Mittel helfen bei akuter Diarrhöe**

- Tannacomp
- Loperamid (z.B. Immodium) nur zusammen mit Antibiose
- Metoclopramid (z.B. MCP)
- Butylscopolamin (z.B. Buscopan)
- Antibiose (z.B. Ciprofloxacin, Azithromycin, Rifaximin)
- Probiotika

### **Seltene Erkrankungen und Unfälle im Ausland**

- Haie: ca. 80-100 Haiangriffe jährlich, davon ca. 10-15 tödlich (Quelle: Vereinigung International Shark Attack File, ISAF)
- Schlangen: Schlangenbiss 5 Millionen jährlich weltweit. Etwa 50% Trockenbisse. Ca. 300.000 Patienten mit bleibenden Schäden, ca. 100.000 Todesfälle. (Quelle WHO 2010)
- Nilpferde: schwere Verletzungen und Todesfälle bei ca. 500 Menschen/Jahr in Afrika
- Elefanten: schwere Verletzungen und Todesfälle bei 1090 Menschen 2006-09 in Indien
- Malaria: 800-1000 Fälle pro Jahr in Deutschland, ca. 4% Todesfälle. Weltweit 1,2 Millionen Erkrankte bei einer extrem hohen Dunkelziffer
- Tollwut. Vorkommen in ca. 100 Ländern, in Deutschland zuletzt 2008. Ca. 50.000 bis 80.000 Todesfälle pro Jahr, davon 36% in Indien (Quelle WHO).
- Verkehrsunfälle: 1.2 Millionen Verkehrsunfälle jährlich weltweit, davon ca. 85% in Entwicklungsländern. Platz 9 der Todesursachen weltweit hinter Malaria. Platz 3 weltweit im Jahr 2020 nach Schätzungen der WHO. 40% der Repatriierungsflüge erfolgen auf Grund von Verkehrsunfällen.

## Reiseimpfungen

- Immer sinnvoll: Tetanus, Diphtherie, Pertussis, Masern
- Häufig sinnvoll: Polio, Hepatitis A & B, Thypus
- Mögliche Pflichtimpfungen: Gelbfieber, Cholera, Meningokokken-Meningitis
- Nach Empfehlungen: Tollwut, FSME, Pneumokokken, Influenza, Japanische Enzephalitis, Rotavirus, Varizellen/Zoster, HPV

## Reiseapotheke

Beschwerden	Substanz
Fieber, Entzündung, Schmerzen Antibiose	Paracetamol, (ASS), Metamizol, Ibuprofen Azithromycin
Durchfall	Tannacomp, (Loperamid), Elektrolyt- Glucose-Präparate
Erbrechen und Übelkeit	Metoclopramid, Dimenhydrinat oder Domperidon. Ingwer, Akupressur
Hautverletzungen	Desinfektionsmittel, (Spritzen), (Kanülen), Verbandszeug, Pinzette, kleine Schere
Insektenstiche	Repellentien, Antiallergische Cremes

## Prophylaxe von Gifftierunfällen im Wasser

- Badeschuhe tragen
- Schwimmen statt Waten
- Nicht baden nach Stürmen
- Kein baden in der Dunkelheit
- Unterwassertiere **nicht berühren**
- Vorsicht beim Baden an menschenleeren Stränden
- Hinweise von Einheimischen beachten

## **Prophylaxe von Gifftierunfällen am Land**

- Vorsicht im Dunklen, viele Gifftiere sind Nachttiere.
- Keine Annäherung an entdeckte Gifftiere! Bewegungen und Griffe im Alltagsleben unter Sichtkontrolle durchführen!
- Kleidung und Schuhe vor Benutzung untersuchen und ausschütteln!
- Fliegengitter / Moskitonetz schützen auch vor Spinnen, Skorpionen und Schlangen.
- In der Natur festes Schuhwerk, lange Hosen tragen!
- Nie auf der Erde schlafen!

## **Be prepared ... Checkliste vor jeder (Fern)reise**

- Reisemedizinische Beratung
- Impfungen
- Reiseapotheke
- Auslandskrankenversicherung/Tauchversicherung

---

## **Literatur**

1) Travel and health status: a survey follow-up study (Susanna Fleck, Helmut Jäger, Hajo Zebb. European Journal of Public Health, Vol 16, No. 1, 96-100)

## **Links**

### **Auswärtiges Amt**

[www.diplo.de/sicherreisen](http://www.diplo.de/sicherreisen) informiert über die Reisewarnungen des Auswärtigen Amts

[www.diplo.de/clevreisen](http://www.diplo.de/clevreisen) informiert über Einreisebestimmungen und Zollvorschriften

[www.diplo.de/gesuenderreisen](http://www.diplo.de/gesuenderreisen) liefert Impfeempfehlungen und Gesundheitsempfehlungen

## **Centrum für Reisemedizin**

[www.crm.de](http://www.crm.de) bietet Reisenden umfangreiche reisemedizinische Informationen über das gewählte Reiseland, allgemeine Empfehlungen und Tipps und Adressen für reisemedizinische Beratungen. Ärzte und Apotheker finden hier Möglichkeiten der Fort- und Weiterbildung. Es kann von Reisenden auch ein speziell auf die eigene Reise abgestimmter Gesundheitsbrief angefordert werden.

## **Impfungen**

[www.impfkontrolle.de](http://www.impfkontrolle.de) bietet gut überschaubare Informationen rund um das Thema Impfungen.

## **Übersetzung**

<http://translate.google.de>

[www.dict.cc](http://www.dict.cc) (auch als App)

[www.leo.org](http://www.leo.org)

## **Statistiken zum Thema Reisen (Deutscher Reiseverband)**

[www.driv.de](http://www.driv.de)