

Gesund zurück aus dem Urlaub?



Herr Dr. med.
Wilfried Seidelmann,
Wasserburger Str. 1,
85614 Kirchseeon

In der Juli-Ausgabe von Kirchseeon-Aktuell habe ich Ihnen zu einer umsichtigen reisemedizinischen Vorsorge geraten, insbesondere, wenn Sie in südliche bzw. tropische

Länder fahren. Auf welche ungeliebte Urlaubsmitbringsel, insbesondere Infektionskrankheiten, muss ich achten, nach einer Rückkehr, hoffentlich gut erholt.

Erkrankungen der Haut:

Harmlos ist da noch die sogenannte „Mallorca-Akne“. Sie ist keine Infektionskrankheit. Denn die Ursache sind sehr fettthaltige Sonnenschutzmittel. Bei Reisenden mit fettiger Haut kommt es durch hohe Talgproduktion unter ausgiebigem Sonnenbaden (UV - Einwirkung) zur Entzündung der Haut mit starkem Juckreiz und Pustelbildung. Vorbeugend hilft hier eine fettfreie Sonnenschutz-Milch oder – Gel mit Vitamin E.

Anders ist es bei den teilweise exotischen Hautveränderungen, die mancher Tropenurlauber nach langen barfüßigen Strandwanderungen oder Liegen im Sand durch Infektionserreger mitbringt. Hier braucht manchmal der Arzt fast kriminalistischen Scharfsinn. Erinnern sie deshalb ihren Arzt an ihren Urlaub in den südlichen Gefilden.

Wanzen, Läuse und Flöhe stechen nachts und hinterlassen eingblutete oder superinfizierte Hautpünktchen mit starkem Juckreiz. Versteckt in Koffern und Rucksäcken können sie zum nachhaltigen Souvenir und zu Hause ein Fall für den Kammerjäger werden. Ich erinnere mich da an ein mitgebrachtes Haarteil (Zopf) aus Afrika voller Läuse.

Diese dürfen nicht verwechselt werden mit multiplen hartnäckigen Insektenstichreaktionen, durch z.B. Sandmücken. Diese juckenden Hauterhebungen können über Monate bestehen und immer wieder ausbrechen.

Leicht zu erkennen sind immer die Hundehakenwurmlarven, verbreitet durch den Kot von streunenden Hunden und Katzen am Strand, die regenwurmformig täglich mehrere mm bis cm durch die Haut wandern. Häufig kommt es zu Hauteiterungen, Abszessen oder Rotlauf (Erysipel), wenn zusätzlich Bakterien sich unter der Haut ausbreiten nach Insektenstichen.

Immer wieder wird auf die Malariaphylaxe beim Aufenthalt in Risikogebieten vergessen. Fieberschübe mit Schüttelfrost mit schlechtem, manchmal lebensbedrohlichem, Allgemeinzustand führen dann zu Hause zum Arzt. Die Diagnostik wird auch hier erleichtert, wenn Sie ihm von ihren Urlaubsort erzählen.

Darmerkrankungen:

Ein sehr häufiger und lästiger Reisebegleiter, auch im südlichen Europa, sind Durchfallerkrankungen mit starkem Flüssigkeitsverlust und Kreislaufproblemen. Das Erregerspektrum ist breit von Bakterien

wie Salmonellen und Shigellen oder Viren (Rotavirus) bis zu Lamblien und Amöben. Flüssigkeitsverlust und Elektrolytverschiebungen durch Durchfälle erfordern insbesondere bei Patienten mit schon bestehenden Herz-Kreislaufferkrankungen manchmal sogar eine stationäre Behandlung in einem Krankenhaus. Lassen Sie es gar nicht soweit kommen, suchen Sie bei einer heftigen Durchfallerkrankung gleich Ihren Hausarzt auf. Medikamente, auch wenn nötig intravenöse Infusionen, können hier rasch Hilfe bringen. Denken Sie aber auch daran, wenn Sie in der Küche oder im Lebensmittel-bzw. Gaststättenbereich arbeiten, dürfen Sie Ihre Arbeitsstelle nach dem Urlaub erst nach Ende der Durchfallerkrankung antreten. (§ 43 Abs. 1 Infektionsschutzgesetz)

Leberentzündungen:

Am häufigsten ist hier die Hepatitis-A. Die Übertragung erfolgt meist durch den Verzehr von nicht über 100 Grad erhitzten Meerestieren z.B. rohe Austern aus küstennahen Regionen, die durch Fäkalien verunreinigt sind. Seltener ist die Infektion mit dem Hepatitis – B – Virus, aber auch durchaus möglich.

Die Hepatitis – A / B Doppelimpfung vor Reiseantritt bringt in der Regel hier ausreichenden Schutz. Auch die Diphtherie / Tetanus / Polio – Auffrischimpfung sollte vor Reiseantritt durchgeführt worden sein.

Nicht zu vergessen ist der Hundebandwurm (Echinococcus granulosus). Er ist in Süd – und Südost – Europa sehr verbreitet. Die Übertragung erfolgt durch Kontakt mit Hunden oder verunreinigten Nahrungsmitteln. Er macht in der Lunge und Leber Zysten (mit Flüssigkeit gefüllte Bläschen) und zerstört diese Organe.

Geschlechtskrankheiten:

Vor sexuellem Risikoverhalten während den „Ferien vom ich“ muss eindringlich gewarnt werden. Mindestens sieben Prozent der in Deutschland, auch heute noch, neu diagnostizierten Aidsinfektionen wurden auf einer Urlaubsreise erworben. Dagegen gibt es leider weder eine Impfung noch Heilung. Kondome sind hier der einzige Schutz.

Wie bei allen Infektionskrankheiten, so auch im Urlaub, ist die Prophylaxe die beste Therapie. Tragen Sie auch am Strand festes Schuhwerk. Ein breiter Sonnenhut und leichte Körperbekleidung bietet Schutz vor Insektenstichen und Sonnenbrand. Sorgfältige Hygiene bei Nahrungsmittel und Trinkwasser verhindert Durchfallerkrankungen. Waschen Sie sich vor jedem Essen mit sauberen fließendem Wasser die Hände und natürlich nach jedem Toilettengang.

Der obige Überblick kann in der gebotenen Kürze nicht vollständig sein. Trotzdem hoffe ich, dass sie gut erholt, gesund und ohne lästige Mitbringsel, aus einem schönen Urlaub zurückkehren.

Ihr Dr. Wilfried Seidelmann
(Fachärztlicher Internist)

Wichtig!

116 117
Zentrale Nummer des
ärztlichen Bereitschaftsdienstes: