

Malaria Vorbeugung

Die Malaria ist auch heute in den Tropen weit verbreitet. Das Übertragungsrisiko ist allerdings sehr unterschiedlich. Ebenso unterschiedlich sind auch die Reise- und Aufenthaltsbedingungen, unter denen der Mensch einem Malariarisiko ausgesetzt ist. Da in absehbarer Zeit noch kein brauchbarer Malariainpfstoff verfügbar ist und Medikamente potentielle Nebenwirkungen haben, ist eine individuelle Nutzen-Risiko-Abwägung notwendig.

Die Angaben zur Malaria Vorbeugung basieren auf Empfehlungen der WHO und der Deutschen Tropenmedizinischen Gesellschaft.

1. Schutz vor Überträgermücken

Die Expositionsprophylaxe ist nahezu risikofrei. Sie hat heute in Anbetracht medizinischer Resistenzen und Nebenwirkungen einen hohen Stellenwert. Sie ist die einzige echte Kausal-Prophylaxe, da der Erreger nicht in den Körper eindringt. Darüber hinaus dient sie der Vorbeugung anderer insektenübertragener Erkrankungen.

Aufenthalt	von der Dämmerung bis zum Morgenrauen vorzugsweise in mückengeschützten Räumen. Reisen in Hochrisiko-Gebiete möglichst nicht während der Regenzeit. bei Aufenthalt im Freien abends und nachts weitgehend körperbedeckende (lange Ärmel, lange Hose) , möglichst helle, luftdurchlässige (z.B. Leinen) Stoffe.
Kleidung	insektenabwehrende Mittel zur Anwendung an unbedeckten Hautstellen (Waden, Handgelenke, Nacken). Wirkdauer ca. 2-4 Stunden, im wesentlichen abhängig von der Schweißabsonderung.
Repellents	insektenabtötende Mittel, am gebräuchlichsten sind z.Zt. Pyrethrine und Pyrethroide, die auch eine insektenabwehrende Wirkung haben.
Insektizide	Zum Aufbringen auf die Haut sind sie nicht geeignet. Ihre gesundheitliche Unbedenklichkeit ist insbesondere bei längerem Gebrauch nicht bewiesen.
Schlafräume	sollen frei von Stechmücken sein! Bei geschlossenen Räumen mechanisches Abtöten. Kühlung (aircondition) nutzen, wenn vorhanden. Insektizide - Geruchsbelästigung, mögliche Gesundheitsgefährdung.

Moskitonetz	immer dann indiziert, wenn optimaler Mückenschutz am Schlafplatz auf andere Weise nicht erreichbar ist. Ideal zum Schutz von Säuglingen. Zusätzliche Wirksamkeit durch Imprägnieren mit einem Insektizid möglich, Unbedenklichkeit auf Dauer nicht erwiesen.
--------------------	---

2. Chemoprophylaxe

Ob eine Chemoprophylaxe anzuraten ist, muss im Rahmen einer Risiko-Nutzen-Abwägung individuell entschieden werden und hängt von verschiedenen Faktoren ab.

Reisezeit	wann? wie lange?
Reisestil	Aufenthalt in Städten, Touristikzentren, ländlichen Gebieten?
	Hotel oder einfache Unterkunft?
	Ortständig oder Trekking?
	Besondere Aktivitäten (z.B. Tauchen, Bergsteigen)?
Wie ist der Gesundheitszustand des Reisenden ?	
Besonders gefährdet sind Kinder, Schwangere, ältere Menschen, Immundefiziente.	

Welche Medikation dafür in Betracht kommt, hängt ausserdem von der Resistenzlage bei Plasmodium Falciparum (Malaria mücke) im Reisegebiet ab.

Eine absolut sichere Malariaphylaxe gibt es zur Zeit nicht. Unter Beachtung aller Massnahmen ist das Risiko aber gering und kalkulierbar. Eine rechtzeitig erkannte Malaria ist heilbar. Bei jeder fieberhaften Erkrankung in den Tropen ist an die Möglichkeit einer Malaria zu denken und sofort ein Arzt aufzusuchen. Das gilt auch für die Zeit nach der Rückkehr, insbesondere für die ersten drei Monate.

Fazit: Die Chemoprophylaxe muss ganz individuell entschieden werden. Wir beraten Sie gerne.