

# Gut vorbereitet in den Urlaub

## Impfungen und Infektionsrisiken im Überblick

**KHR** | Sobald die ersten sonnigen Tage mit wärmeren Temperaturen einsetzen, wird nicht nur luftige Kleidung greifbarer und die Unternehmungslust größer – auch die Reiselust steigt. Während die einen aktiv neue Gegenden erkunden und andere in Badekleidung am Wasser entspannen, haben Reisen dennoch einige gemeinsame Aspekte: Neben Reisezeit, Einreisebestimmungen und Klima sollten auch Impfempfehlungen sowie das Infektionsgeschehen am Zielort berücksichtigt werden. So können neben den Standardimpfungen je nach Reiseziel, Reiseart, Aufenthaltsdauer sowie individuellen Faktoren wie Alter, Vorerkrankungen oder Herkunftsland zusätzliche Impfungen oder Schutzmaßnahmen erforderlich sein. Nachfolgend werden einige Beispiele vorgestellt.

### Afrika

In Afrika variiert z. B. das Malariarisiko regional erheblich. Auf vielen Inselstaaten wie Kap Verde, Mauritius oder den Seychellen sowie in den Mittelmeeranrainerstaaten ist Malaria in der Regel kein relevantes Thema. In den meisten anderen afrikanischen Ländern besteht hingegen je nach Region und Jahreszeit ein Malariarisiko, sodass gegebenenfalls eine medikamentöse Prophylaxe oder die Mitnahme eines Notfallmedikaments empfohlen wird. Ein Beispiel hierfür ist Südafrika, wo dies den Nordosten (u. a. Mpumalanga und Limpopo) betrifft.

In Ägypten werden zusätzlich zu den Standardimpfungen (Tetanus, Diphtherie, Poliomyelitis und Masern) eine Hepatitis-A-Impfung sowie je nach Risiko (z. B. Langzeitaufenthalt, enge soziale Kontakte, Trekkingreisen oder mangelhafte Hygiene) Impfungen gegen Hepatitis B, Typhus, Tollwut, Meningokokken ACWY und gegen das durch Mücken übertragene Dengue-Fieber empfohlen. Infektionsrisiken bestehen zudem für die durch im Süßwasser (z. B. im Nildelta) freischwimmende Saugwurmlarven verursachte Bilharziose sowie für das durch Mücken übertragene West-Nil-Fieber. Je nach Herkunfts- oder Transitland kann bei der Einreise ein Nachweis einer Gelbfieberimpfung erforderlich sein (dies gilt auch für viele weitere Länder).

### Asien

Auch in Asien variieren die Empfehlungen je nach Region, Jahreszeit und angrenzenden Gebieten. In Thailand werden z. B. zusätzlich zu den Standardimpfungen eine

Hepatitis-A-Impfung sowie je nach Risiko Impfungen gegen Hepatitis B (enge soziale Kontakte, Langzeitaufenthalt), Typhus (mangelhafte Hygiene), Tollwut (z. B. bei Trekking, Langzeitaufenthalten sowie Tierkontakt, etwa mit Fledermäusen) und Dengue-Fieber empfohlen. Bei Aufenthalten ab 4 Wochen oder wiederholten Kurzaufenthalten sowie gleichzeitig erhöhtem Risiko für schwere Verläufe (z. B. höheres Alter oder relevante Vorerkrankungen) wird in Chikungunya-Endemiegebieten eine Impfung gegen Chikungunya empfohlen; bei aktuellen Ausbrüchen gilt die Empfehlung für alle Reisenden ab 12 Jahren. Zusätzlich wird eine Impfung gegen Japanische Enzephalitis bei Aufenthalten ab 4 Wochen in Endemiegebieten, bei Aufenthalten in ländlichen Regionen der Endemiegebiete sowie bei Reisen in aktuelle Ausbruchgebiete empfohlen. Malaria kann an der Grenze zu Myanmar ein Thema sein, weshalb in Regionen mit mittlerem Risiko die Mitnahme eines Notfallmedikaments empfohlen wird. Darüber hinaus können Infektionsrisiken für die durch Oberflächenwasserkontamination übertragene Leptospirose sowie die durch kontaminierten Boden oder Wasser übertragene Melioidose bestehen.

### Allgemeine Hinweise zu Reiseimpfungen:

- Impfplan mit Impfstatus, Indikation und Zeit bis zur Abreise erstellen
- Mindestabstände bei Mehrfach- und Folgeimpfungen beachten
- Wirkeintritt des Impfschutzes berücksichtigen
- Auch „Last Minute“-Impfungen wahrnehmen: Teilimpfschutz und Schnellimpfschemata möglich
- Influenzaimpfung zur Vermeidung von z. B. Reiseunterbrechungen und Komplikationen

In subtropischen und tropischen Gebieten weltweit kann zudem das Zika-Virus durch Mücken übertragen werden, gegen das es keine Impfung oder Prophylaxe gibt. Die Infektion verläuft meist symptomlos, kann jedoch insbesondere in der Schwangerschaft zu frühkindlichen Fehlbildungen führen und bis zu 3 Monate sexuell übertragen werden, weshalb eine reisemedizinische Beratung insbesondere bei bestehender Schwangerschaft oder Kinderwunsch sinnvoll ist.

## Australien

Neben den Standardimpfungen werden je nach Risikokonstellation Impfungen gegen Hepatitis A, Hepatitis B, Japanische Enzephalitis (bei Aufenthalt in bestimmten Risikogebieten), Dengue-Fieber sowie gegen Meningokokken ACWY und B (Schul- oder Universitätsbesuch) empfohlen. Darüber hinaus bestehen Infektionsrisiken für das durch Mücken übertragene Ross-River-Fieber sowie für Leptospirose und Melioidose.

## Amerika

In Costa Rica werden neben den Standardimpfungen eine Hepatitis-A-Impfung sowie je nach Risiko Impfungen gegen Hepatitis B, Typhus, Tollwut und Dengue-Fieber empfohlen. Ein regionales Malariarisiko besteht insbesondere im Norden des Landes (Provinz Alajuela an der Grenze zu Nicaragua). Darüber hinaus können Infektionsrisiken für Chikungunya-Fieber, Zika-Infektionen, die durch Raubwanzen übertragene Trypanosomiasis, die durch Sandfliegen übertragene Leishmaniasis sowie für Leptospirose bestehen.

In den USA werden neben den Standardimpfungen eine Hepatitis-A-Impfung sowie bei entsprechendem Risiko Impfungen gegen Hepatitis B, Tollwut und Meningokokken ACWY empfohlen. Zudem treten je nach Region und Jahreszeit durch Zecken übertragene Erkrankungen wie das Rocky-Mountain-Fleckfieber sowie durch Mücken übertragene Erkrankungen wie West-Nil-Fieber, St.-Louis-Enzephalitis und Dengue-Fieber auf.



## Europa

Impfempfehlungen und Infektionsrisiken sollten jedoch nicht nur bei Fernreisen bedacht werden.

In Italien z. B. werden neben den Standardimpfungen bei individueller Indikation auch eine Hepatitis-A-Impfung (z. B. bei mangelhafter Hygiene oder im Zusammenhang mit Ausbrüchen wie Anfang 2026 in Kampanien)

sowie eine Hepatitis-B-Impfung empfohlen. Wie in der gemäßigten Zone weltweit besteht zudem ein Risiko für durch Zecken übertragene Borreliose, die in der Regel gut mit Antibiotika behandelt werden kann. Vereinzelt können zudem Chikungunya-Fieber, Dengue-Fieber, West-Nil-Fieber und das durch Sandfliegen übertragene Toskana-Fieber auftreten.

In Großbritannien werden neben den Standardimpfungen bei individueller Indikation eine Hepatitis-A- und Hepatitis-B-Impfung sowie für Schülerinnen und Schüler, Studentinnen und Studenten sowie bei Langzeitaufenthalt eine Meningokokken-ACWY-Impfung empfohlen. Eine Meningokokken-B-Impfung wird trotz des Ausbruchs Anfang 2026 in Kent derzeit nicht allgemein empfohlen.

In Schweden wird neben den Standardimpfungen bei individueller Indikation eine Hepatitis-B-Impfung sowie generell eine Impfung gegen Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) für Reisen in Risikogebiete an der Ostküste, etwa im Großraum Stockholm, von April bis Oktober empfohlen. FSME ist jedoch nicht auf Schweden beschränkt, sondern in weiten Teilen Europas und Asiens verbreitet und kommt auch in Deutschland vor. Risikogebiete liegen unter anderem in Süddeutschland, verbreiten sich jedoch seit Jahren weiter nach Norden.

## Individuelle Reiseplanung

Ob Fernreise oder Urlaub in Europa – Gesundheit sollte bei der Reiseplanung stets berücksichtigt werden. Ein aktueller Impfschutz bildet die Grundlage, kann jedoch je nach Reiseziel und Reiseart durch weitere Impfungen oder Schutzmaßnahmen ergänzt werden. Wer sich frühzeitig informiert und hausärztlich oder reisemedizinisch beraten lässt, reist nicht nur entspannter, sondern auch sicherer.

Eine gute erste Übersicht über benötigte und empfohlene Impfungen bieten u. a. folgende Institutionen, die auch als Quellen für diesen Artikel genutzt wurden:

- Auswärtiges Amt:  
<https://www.auswaertiges-amt.de/de/service/laender>
- Tropeninstitut:  
<https://tropeninstitut.de/ihr-reiseziel>
- Robert Koch-Institut (RKI):  
<https://www.rki.de/DE/Themen/Infektionskrankheiten/Impfen/Staendige-Impfkommision/Reiseimpfungen/reiseimpfungen-node.html>
- Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin, Reisemedizin und Globale Gesundheit e.V.:  
<https://www.dtg.org/>