



# CRM Ratgeber Malaria

## Ärztliche Beratung vor Reiseantritt

Vor einem geplanten Aufenthalt in einem Malariagebiet ist eine Beratung durch einen Reisemediziner dringend zu empfehlen. Wichtige zu klärende Punkte sind:

**Abschätzung des individuellen Risikos.** Dieses ergibt sich aus dem Reiseland, der Reisezeit und -dauer sowie den geplanten Aktivitäten.

**Geeignete Prophylaxemaßnahmen.** Ein konsequenter Mückenschutz ist in Malariagebieten stets das A und O. Zusätzlich kann der Arzt je nach Ihrem individuellen Risiko eine Chemoprophylaxe oder bei Bedarf eine Notfallselbsttherapie empfehlen.

**Geeignete Malariamedikamente.** Klären Sie die Eignung der verschiedenen verfügbaren Malariamittel für Sie persönlich ab. Einflussfaktoren sind hier bspw. eine bereits bestehende Regelmedikation oder eine generelle Wirkstoff-Unverträglichkeit. Auch während einer Schwangerschaft dürfen bestimmte Malariamittel nicht eingenommen werden.

**Wichtig:** Schwangere sollten von nicht zwingend notwendigen Reisen in Malariagebiete generell absehen. Auch Säuglinge sollten möglichst keinem Malariarisiko ausgesetzt werden.

**Arzneimittelresistente Erreger.** In bestimmten Regionen der Welt haben die Malariaerreger bereits Resistenzen gegen einzelne Malariamittel ausgebildet. Der Arzt wird Sie darüber informieren, wo welche Mittel effektiv bzw. ineffektiv sind.

**Dosierung der Malariamedikamente.** Die richtige Dosierung der Malariamittel ist stark abhängig vom Körpergewicht. Insbesondere bei Kindern muss daher durch den Mediziner eine entsprechende Anpassung vorgenommen werden.

### Kostenerstattung für Malariamedikamente

Einige gesetzliche Krankenkassen erstatten die Kosten für Medikamente zur Malaria prophylaxe als freiwillige Leistung. Eine Übersicht finden Sie hier: [http://www.crm.de/krankenkassen/kk\\_tabelle\\_kassen.htm](http://www.crm.de/krankenkassen/kk_tabelle_kassen.htm)



**Hinweis:** Im Ausland sind häufig Arzneimittelfälschungen in Umlauf. Kaufen Sie daher Malariamittel für die Chemoprophylaxe oder Notfallselbsttherapie unbedingt vor Reiseantritt in Deutschland!

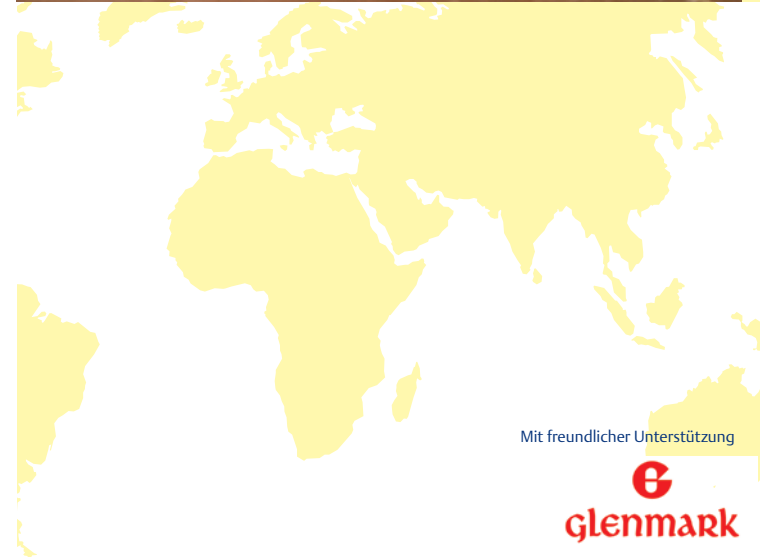
## Auch nach der Rückkehr an Malaria denken!

Die minimale Zeitspanne von einer Infektion mit dem Malariaerreger bis zum Ausbruch der Erkrankung beträgt 7 Tage. Sie kann allerdings auch deutlich länger sein, sodass die Malaria erst dann auftritt, wenn der Reisende sich bereits wieder in der Heimat befindet.

Orientierend gilt: Alle fieberhaften Erkrankungen, die innerhalb von 3 Monaten nach der Rückkehr aus einem Risikogebiet auftreten, sind zunächst malarieverdächtig. Durch eine ärztliche Untersuchung kann dieser Verdacht bestätigt oder widerlegt sowie eine geeignete Therapie ausgewählt werden.

### Impressum

CRM Centrum für Reisemedizin GmbH  
Burgunderstr. 31 • 40549 Düsseldorf  
[www.crm.de](http://www.crm.de)



Mit freundlicher Unterstützung



gut.beraten.reisen.



© James Gathany / phil.cdc.gov

© K.Oborny/Thieme

© amnajs/stock.adobe.com



© michelle/stock.adobe.com



© Pictures news/stock.adobe.com



© Goffkein/stock.adobe.com

## Allgemeines zu Malaria

Eine Malaria-Erkrankung äußert sich zunächst durch recht unspezifische Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen, Abgeschlagenheit, Durchfall und Erbrechen. Wird sie nicht rechtzeitig behandelt, so kann sie einen schweren Verlauf mit Krampfanfällen und Bewusstseinsstörungen nehmen und auch tödlich enden. Weltweit gab es im Jahr 2021 etwa 247 Mio. Erkrankungs- und ca. 619.000 Todesfälle.

## Wo besteht ein Infektionsrisiko?

Malaria kommt ganz überwiegend in den tropischen und subtropischen Regionen Afrikas, Asiens sowie Südamerikas vor. Das höchste Infektionsrisiko besteht in Afrika. Innerhalb eines Landes kann es Regionen mit unterschiedlichen Gefährdungstufen geben (siehe Karte). Die Einschätzung des individuellen Infektionsrisikos sollte in jedem Fall durch einen erfahrenen Reisemediziner erfolgen.

## Gibt es eine Impfung gegen Malaria?

Nein, eine Impfung gegen Malaria steht für Reisende bislang nicht zur Verfügung.

## Wie kann ich mich schützen?

### Vermeidung von Mückenstichen (Expositionsprophylaxe).

Malaria wird durch dämmerungs- und nachtaktive Stechmücken übertragen. Wer es erfolgreich vermeidet gestochen zu werden, kann somit sein Infektionsrisiko bereits deutlich senken. Geeignete Schutzmaßnahmen bestehen in dem Tragen körperbedeckender Kleidung, einer Unterbringung in klimatisierten Räumen mit Mückengittern vor den Fenstern sowie dem Schlafen unter einem Moskitonetz. Kleidung und Moskitonetz können zur Verstärkung des Schutzes mit einem Insektizid imprägniert werden. Unbedeckte Hautstellen sollten mit einem Insektenabwehrmittel (Repellent) eingerieben oder eingesprüht werden. Es stehen hier verschiedene Produkte auf chemischer oder natürlicher Basis zur Verfügung. Die Auswahl eines geeigneten Mittels sollte in Abstimmung mit einem Reisemediziner oder Apotheker erfolgen. Das Repellent muss regelmäßig neu aufgetragen werden, insbesondere bei starkem Schwitzen und nach jedem Waschen.

**Chemoprophylaxe.** Hierunter versteht man die kontinuierliche Einnahme eines Malariamedikamentes vor, während und nach dem Aufenthalt in einem Risikogebiet. Diese Schutzmaßnahme ist nur bei einer hohen Infektionswahrscheinlichkeit sinnvoll. Mit der Einnahme muss je nach Medikament bereits einige Wochen vor der Ankunft im Risikogebiet oder aber lediglich einen Tag zuvor begonnen werden. Nach der Rückkehr muss die Einnahme noch bis zu 4 Wochen fortgesetzt werden.



Eine **Chemoprophylaxe** bietet **keinen 100-%igen Schutz** gegen Malaria!

**Notfallselbsttherapie.** Bei einem geringen Malaria-Erkrankungsrisiko ist eine kontinuierliche Chemoprophylaxe nicht notwendig. Beim Auftreten malariaverdächtiger Symptome sollte schnellstmöglich ein Arzt aufgesucht werden. Einzig in dem Ausnahmefall, dass innerhalb von 24 Stunden keine medizinische Hilfe erreichbar ist, kann die Option der Selbstbehandlung mit einem speziell für diesen Zweck mitgeführten Malariamedikament genutzt werden. Schriftliche Anweisungen des beratenden Reisemediziners zu Dosis und Einnahmeschema sollten dem Medikament beiliegen und streng befolgt werden.



Eine **Notfallselbsttherapie** ersetzt **nicht den Arztbesuch**, sondern überbrückt lediglich die **Zeit**, bis ein solcher möglich ist!

