

asaño



reise

erkennen
informieren

Einen schönen und sicheren Urlaub...	Seite 3
Reisemedizinische Impfungen: Risiken schon vor der Reise vermeiden!	Seite 4
Reisemedizinische Vorsorge: ... so kommen Sie gesund wieder nach Hause.	Seite 5
Reise- & Sicherheitshinweise: Wohin Sie lieber nicht verreisen sollten!	Seite 6
Reisecheckliste: An alles gedacht? Nichts vergessen?	Seite 7
Lösungsvorschläge	Seite 8
Kontaktdaten	Seite 9

„Die beste Bildung findet ein gescheiter Mensch auf Reisen.“

Johann Wolfgang von Goethe



„Reisen veredelt den Geist und räumt mit unseren Vorurteilen auf.“

Oscar Wilde



„Nur Reisen ist Leben, wie umgekehrt Leben Reisen ist.“

Jean Paul

„Bei vielen Urlaubern sind die Tage vor Ihrer Abreise spannend wie ein Krimi: packend bis zum letzten Augenblick!“

Willy Meurer



„Das Reisen will uns eines lehren: Das Schönste bleibt stets heimzukehren.“

Deutsches Sprichwort

Reisemedizinische Impfungen: Risiken schon vor der Reise vermeiden!

Für die Bestimmung der erforderlichen Impfungen ist das Reiseland von entscheidender Bedeutung.

Vor einer Reise ins Ausland ist daher grundsätzlich eine reisemedizinische Beratung zu empfehlen. Neben darauf spezialisierten niedergelassenen Ärzten stehen Tropeninstitute und teilweise Gesundheitsämter als kompetenter Anbieter zur Verfügung.

Weiterführende Informationen finden Sie auf folgenden Internetseiten:

- Robert-Koch-Institut (www.rki.de),
- Auswärtigen Amtes (www.auswaertiges-amt.de), das über aktuelle gesundheitliche Risiken ins Reiseland informiert,
- Gesundheitsreiseführer der WHO (www.euro.who.int), der auch Weltkarten zur Verbreitung verschiedener Infektionskrankheiten beinhaltet.

Standardimpfungen auf Grund von Reisen	
Impfung gegen	Indikation
✓ Cholera	Aufenthalte in Infektionsgebieten, speziell unter mangelhaften Hygienebedingungen bei aktuellen Ausbrüchen, z.B. in Flüchtlingslagern oder bei Naturkatastrophen
✓ FSME (Frühsommermeningoenzephalitis)	Zeckenexposition in FSME-Risikogebieten außerhalb Deutschlands
✓ Gelbfieber	- Vor Aufhalten in bekannten Gelbfieber-Endemiegebieten im tropischen Afrika und in Südamerika - Entsprechend den Anforderungen eines Gelbfieber-Impfnachweises der Ziel- und Transitländer
✓ Hepatitis A	Reisende in Regionen mit hoher Hepatitis-A-Prävalenz
✓ Hepatitis B	- Reiseindikation - Individuelle Gefährdungsbeurteilung erforderlich
✓ Influenza	- Für Reisende ab 60 Jahren ist die Impfung generell empfehlenswert - Für andere Reisende ist eine Influenza-Impfung nach Risikoabwägung entsprechend Exposition sinnvoll
✓ Meningokokken-Infektionen	- Reisende in Länder mit epidemischem/hyperendemischen Vorkommen, besonders bei engem Kontakt zur einheimischen Bevölkerung (z.B. Entwicklungshelfer, Katastrophenhelfer, med. Personal, Langzeitaufenthalt) - Aufenthalte in Regionen mit Krankheitsausbrüchen und Impfeempfehlungen für die einheimische Bevölkerung - Vor Pilgerreisen nach Mekka - Schüler/Studenten vor Langzeitaufhalten in Ländern mit empfohlener allgemeiner Impfung für Jugendliche oder selektiver Impfung für Schüler/Studenten
✓ Tollwut	Reisende in Regionen mit hoher Tollwutgefährdung (z.B. durch streunende Hunde)
✓ Typhus	Bei Reisen in Endemiegebiete

Quelle: Robert-Koch-Institut, Epidemiologische Bulletin Nr. 34, 2015

Hinweise zur Kostenübernahme

Reiseimpfungen aufgrund nicht beruflicher Auslandsaufenthalte sind keine Standardimpfungen und werden laut Schutzimpfungsrichtlinie des Gemeinsamen Bundesausschusses in der Regel nicht von der gesetzlichen Krankenkasse bezahlt. Die Krankenkassen haben die Möglichkeit, weitere Impfungen in ihren Leistungskatalog aufzunehmen. Vor der Durchführung von Impfungen und sonstigen Maßnahmen der Prophylaxe im Vorfeld von Reisen sollte die Kostenübernahme daher mit dem Versicherer besprochen werden.

Präventionsmaßnahmen bei Reisen

Kurzreisen in andere Klima- und Zeitzonen bedeuten extremen Stress und können sich nicht selten für den Organismus in Unwohlsein oder einer Erkältungssymptomatik manifestieren.

Vielen Reisenden erscheint die kurze Aufenthaltsdauer in keinem vernünftigen Verhältnis zum Aufwand für Impfungen oder einer Medikamentenprophylaxe zu stehen.

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Bitte kontaktieren Sie sinnvollerweise bereits spätestens ca. 1 Monat vor Reiseantritt einen Reise- oder Tropenmediziner. Hier können Sie in einem persönlichen Gespräch Fragen unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Disposition, des Reisestils, objektiver Gefährdungen und sonstiger individueller Besonderheiten klären.

Eine Liste von reisemedizinisch qualifizierten Ärzten und Apothekern finden Sie im Internet oder erfragen Sie entsprechende Kontakte über Ihren Hausarzt.

Hygiene-Regeln

Hier gilt konsequent das Motto „peel it, cook it or leave it“ (schäl es, koch es gar oder lass es sein) und Genuß von abgepackten Wasserflaschen mit intaktem Schraubverschluß (Vorsicht bei Eiwürfeln in Getränken).

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Durchfallerkrankungen

Die meisten Infektionskeime werden durch die Nahrung bzw. die Getränke aufgenommen. Werden ausschließlich sauberes Essen und saubere Getränke konsumiert, minimieren Sie ganz generell Durchfallerkrankungen durch Infektionserreger.

Reiseapotheke

Sinnvoll ist die Mitnahme einer Erste-Hilfe-Ausstattung z.B. erhältlich in jeder Apotheke. Zusätzlich ist die ausreichende Mitnahme der persönlichen Dauermedikation wichtig; sprechen Sie sich hierzu mit Ihrem Hausarzt ab, da eine uneingeschränkte Medikamenteneinfuhr nicht weltweit gestattet ist sowie eine weltweite Verfügbarkeit und Medikamentenqualität (Achtung: gefälschte, sog. „fake“-Medikamente) nicht gewährleistet werden kann. Hilfreich ist insbesondere bei Mitnahme von

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Betäubungsmitteln, dass Sie ein ärztliches Attest von Ihrem behandelnden Hausarzt mit Benennung der Diagnose und medikamentösen Therapie mitführen, so dass der Eigenbedarf klar ersichtlich ist. Bei Reisen ins fremdsprachliche Ausland sollte dieses Attest in englischer Sprache verfasst sein.

Detaillierte Informationen zur Mitnahme von Betäubungsmitteln durch Patienten bei Auslandsreisen finden Sie auch auf der Internetseite des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) unter www.bfarm.de

Versicherung

Bitte kontrollieren Sie unbedingt, ob ein Versicherungsschutz bei Erkrankung im Ausland durch Ihre Reisekrankenversicherung gegeben ist und in einer Notfallsituation der Reiserücktransport nach ärztlicher Absprache eingeschlossen ist.

Weitere Informationen erhalten Sie auf unserer Internetseite unter www.asano-ag.de

Reise- & Sicherheitshinweise: Wohin Sie lieber nicht verreisen sollten!

„Das Auswärtige Amt rät dringend, die in den Reise- und Sicherheitshinweisen bzw. Reisewarnungen enthaltenen Empfehlungen zu beachten. Sie sollten bei Auslandsreisen immer einen **Auslands-Krankenversicherungsschutz mit Rückholversicherung** abschließen. Kosten für erforderlich werdende Hilfsmaßnahmen durch die Auslandsvertretungen werden Ihnen entsprechend den Vorschriften des Konsulargesetzes in Rechnung gestellt.“

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Reisehinweise

Reisehinweise enthalten Informationen unter anderem über die Einreisebestimmungen eines Landes, medizinische Hinweise, straf- oder zollrechtliche Besonderheiten. Sie werden regelmäßig überprüft und aktualisiert.

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Sicherheitshinweise

Sicherheitshinweise machen auf besondere Risiken für Reisende und im Ausland lebende Deutsche aufmerksam. Sie können die Empfehlung enthalten, auf Reisen zu verzichten oder sie einzuschränken. Gegebenenfalls wird von nicht unbedingt erforderlichen oder allen Reisen abgeraten. Auch die Sicherheitshinweise werden regelmäßig überprüft und aktualisiert.

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Reisewarnungen

Reisewarnungen enthalten einen dringenden Appell des Auswärtigen Amtes, Reisen in ein Land oder in eine Region eines Landes zu unterlassen. Sie werden nur dann ausgesprochen, wenn aufgrund einer akuten Gefahr für Leib und Leben vor Reisen in ein Land oder in eine bestimmte Region eines Landes gewarnt werden muss. Eine Reisewarnung wird nur selten ausgesprochen. Deutsche, die in diesem Land leben, werden gegebenenfalls zur Ausreise aufgefordert.

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Exotische Souvenirs

Bitte informieren Sie sich bereits vor Antritt Ihrer Reise darüber, welche Reiseandenken aus Artenschutzgründen nicht eingeführt werden dürfen. Nicht wenige Touristen erleben bei Ihrer Rückkehr eine böse Überraschung, wenn das Erinnerungstück vom Zoll beschlagnahmt wird oder sogar Strafen folgen. Auch wenn ein exotisches Souvenir noch so sehr durch seine Besonderheit und Einzigartigkeit beeindruckt - viele Tier- und Pflanzenarten, aus denen derartige Souvenirs hergestellt werden, sind in ihrem Bestand gefährdet oder sogar vom Aussterben bedroht. Diese Souvenirs unterliegen strengen Einfuhrbestimmungen.

Quelle: Auswärtiges Amt, 2016

Reisecheckliste: An alles gedacht? Nichts vergessen?

Vor der Reise		Benötigte Unterlagen	
✓ Visumbestimmungen / Zollbestimmungen / Impfvorschriften		✓ Personalausweis / Reisepass (Ablaufdatum?) / Passbild	
✓ Auslandskrankenversicherung		✓ Sicherheitskopien von wichtigen Reisedokumenten und Ausweisen	
✓ Reiserücktritts- / Reisegepäckversicherung		✓ Reisedokumente (Buchungsnummer, Hotelvoucher, etc.)	
✓ Bargeld / Devisen / Reisechecks / Kreditkarten / EC-Karten		✓ Flugtickets	
✓ Geldgeschäfte regeln (Rechnungen bezahlen, etc.)		✓ Führerschein / grüne Versicherungskarte / Schutzbrief	
✓ Urlaubsadresse hinterlassen		✓ Auslandskrankenschein / Krankenversicherung / Impfpass	
✓ Betreuung der Wohnung / der Post / der Tiere / der Pflanzen			
✓ Einreisebestimmungen für Tiere			
✓ Gepäckgrenzen und Sicherheitsbestimmungen für Koffer beachten			
✓ Adressanhänger für Gepäck			
✓ Notfalltelefonnummern / Deutsche Botschaft am Zielort			
✓ Fahrt zum Flughafen			
✓ Kühlschrank leeren / Müll entsorgen			
✓ Elektrogeräte / Heizung / Wasser / Licht ausschalten			
✓ Fenster / Türen abschließen			
Kleidung		Körperpflege (Kosmetik)	
✓ Hosen (kurz, lang) / Kleider / Röcke		✓ Duschgel / Shampoo / Seife	
✓ Hemden / T-Shirts / Pullover		✓ Zahnbürste / Zahnpasta / Zahnseide / Mundwasser	
✓ Unterwäsche		✓ Föhn / Bürste / Kamm	
✓ Socken / Strumpfhose		✓ Kontaktlinsen und Zubehör (Ersatzbrille)	
✓ Schlafanzug / Nachthemd		✓ Bodylotion / Gesichtscreme / Lippenpflegestift	
✓ Badehose / Bikini / Bademantel		✓ Deodorant	
✓ Jacken		✓ Parfüm	
✓ Gürtel / Schmuck / Accessoires		✓ Sonnenschutz	
✓ Schuhe / Badeschuhe		✓ Nagelschere / -feile	
✓ Kopfbedeckung / Sonnenschutz		✓ Tampons / Binden	
✓ Sportbekleidung		✓ Rasierset	
✓ ggf. warme Kleidung / Mütze / Halstuch / Schal		✓ Make-Up	
✓ Regenbekleidung		✓ Spiegel	
Reisezubehör		Reiseapotheke	
✓ MP3-Player / Kopfhörer / Handy / Fotoapparat / Videokamera		✓ gegen Kopfschmerzen / Halsschmerzen / Übelkeit / Durchfall	
✓ Ladekabel / Akkus / Ersatzbatterien / Steckeradapter		✓ gegen Husten / Schnupfen	
✓ Sonnenbrille		✓ gegen Sonnenbrand	
✓ Reiseverpflegung		✓ eigene Medikamente	
✓ Taschenlampe		✓ Pflaster / Erste-Hilfe-Set / Fieberthermometer	
✓ Schuhputzzeug / Reisenäset		✓ Wund- / Brandsalbe / Desinfektion	
✓ Stifte / Papier		✓ Verhütungsmittel	
✓ Spielkarten / Würfel		✓ Insektenabwehr / Mückensalbe	
✓ Lektüre / Reiseführer / Wörterbuch / Kreuzworträtsel			

	Leistungsinhalte	Beitrag
reise*	Kurzfristige Auslandsreisekrankenversicherung für Einzelreisende Reisedauer max. 56 Tage	ab 11,00 EUR / Jahr
reise**	Kurzfristige Auslandsreisekrankenversicherung für Paare und Familien Reisedauer max. 56 Tage	ab 20,00 EUR / Jahr
reise***	Langfristige Auslandsreisekrankenversicherung Reisedauer max. 365 Tage	ab 1,10 EUR / Tag
student	Auslandskrankenversicherung für Studenten, Sprachschüler, Doktoranden, Gastwissenschaftler und Praktikanten in drei Leistungsstufen Reisedauer max. 36 Monate	ab 25,00 EUR / Monat
work & travel	Langfristige Auslandsreisekrankenversicherung im Rahmen eines Working Holiday Visum (WHV) Reisedauer max. 365 Tage	ab 1,10 EUR / Tag
au-pair	Langfristige Auslandskrankenversicherung im Rahmen eines Au-Pair-Vertrages Reisedauer max. 1 Jahr	ab 33,00 EUR / Monat
rücktritt, abbruch & gepäck	Reiserücktrittsversicherung Reiseabbruchversicherung Reisegepäckversicherung	ab 23,00 EUR / Reise



Am besten gleich online unter
www.asano-ag.de
 informieren.

asano AG

Brunnenstr. 47
71032 Böblingen

Service-Hotline Reisen:

07031 49 16 74 0 (übliche Telefongebühren ins deutsche Festnetz)

Service-Fax:

07031 49 16 74 99 (übliche Faxgebühren ins deutsche Festnetz)

Internet:

www.asano-ag.de

E-Mail:

service@asano-ag.de

Stand Informationen

Reisemedizinische Impfungen

Stand: 03/2016

Reisemedizinische Vorsorge

Stand: 03/2016

Reise- & Sicherheitshinweise

Stand: 03/2016

Reisecheckliste

Stand: 03/2016

Lösungsvorschläge

Stand: 03/2016