

## MALARIA

### Die Krankheit

Die Malaria ist eine parasitäre Infektionskrankheit, die durch nachtaktive Moskitos übertragen wird. Sie manifestiert sich typischerweise mit Fieber und grippalen Beschwerden und kann sogar zum Tode führen. Die Malaria kommt in vielen tropischen und subtropischen Gebieten vor. Jedes Jahr sind tausende von Reisenden in diesen Gegenden betroffen. Um einer Infektion vorzubeugen, sollten Sie sich abends und nachts gut gegen Moskitostiche schützen (Mückenschutzspray, Moskitonetze usw.). Wenn Sie in ein Hochrisikogebiet reisen, müssen Sie zusätzlich und vor allem gewissenhaft schon im Voraus Medikamente gegen Malaria einnehmen (Chemoprophylaxe) oder bei Reisen in Gebiete mit geringerem Risiko eine Notfallbehandlung mitnehmen. Die Malaria verläuft bei Schwangeren und Kindern besonders schwer. Wenn Sie während oder nach einer Reise in ein Endemiegebiet Fieber haben, sollten Sie an eine Malaria denken und sofort einen Arzt aufsuchen.

### Übertragung

Die Malaria wird durch Parasiten verursacht, die Plasmodien. Die Infektion wird durch Moskitos auf den Menschen übertragen. Diese Moskitos gehören zur Familie der Anopheles Mücken und sind insbesondere gegen Abend und nachts aktiv. In Endemiegebieten kann die Übertragung ganzjährig oder saisonal gehäuft auftreten, ausserdem kann das Infektionsrisiko von Region zu Region stark variieren. Im Allgemeinen ist eine Infektion in einer Höhe von >2500m nicht möglich.

### Klinik und Komplikationen

Kurz nach dem Stich des Moskitos dringt der Parasit in die Blutbahn ein und siedelt sich in der Leber an, wo er sich zunächst nur vermehrt, ohne dass Symptome auftreten. Die Parasiten befallen dann die roten Blutkörperchen, was zur Verstopfung der Blutgefäße lebenswichtiger Organe, wie beispielsweise des Gehirns, führen kann. Zwischen dem Stich und den ersten Beschwerden liegen mindestens sechs Tage. Die Krankheit äussert sich mit: **Fieber, Schüttelfrost, Kopf- und Gliederschmerzen, manchmal auch Husten, Übelkeit/Erbrechen und Durchfällen.** Die ersten Zeichen können mild sein, wie bei einer Grippe. Nichts desto trotz muss man immer an eine Malaria denken, die ohne rechtzeitige Behandlung tödlich verlaufen kann. Die Beschwerden und das Fieber können Monate bis Jahre nach einer Reise in ein Risikogebiet auftreten. Die Malaria bei einer Schwangeren ist besonders ernst, denn die Erkrankung steigert das Risiko einer Fehlgeburt, sowie die Gefahr, das Mutter und Kind sterben. Bei Kindern kann der Verlauf ebenfalls sehr schnell sein und die Krankheit verläuft meist schwerer und ist oft tödlich.

### Vorbeugung

#### 1) Schützen Sie sich abends und nachts vor Moskitostichen

- Tragen Sie langärmelige eher helle Kleidung und Socken.
- Benutzen Sie auf unbedeckter Haut (Nacken Gesicht, Hände, gegebenenfalls Fussknöchel) ein Mückenspray mit nachgewiesener Wirksamkeit und imprägnieren Sie Ihre Kleidung mit Insektiziden.
- Schlafen Sie in klimatisierten Räumen, die durch Mückengitter an Türen und Fenstern geschützt sind, oder unter einem mit Insektizid imprägnierten Moskitonetz (es sollte die Haut nirgends berühren und gut unter die Matratze gesteckt sein).

**2) Nehmen Sie in Hochrisikoregionen ein Medikament gegen Malaria zur Vorbeugung (Chemoprophylaxe) ein.**

**3) In Gebieten mit mässigem Malariarisiko** sollten Sie ein **Medikament zur Notfall-Behandlung** dabei haben, das Sie einnehmen, falls es nicht möglich ist, bei Beschwerden innerhalb von 12-24 h einen Arzt aufzusuchen.

Es gibt derzeit keine Impfung gegen Malaria.

### **Achtung**

**Malaria ist ein medizinischer Notfall.** Tritt während oder nach Ihrer Reise in ein Malariarisikogebiet Fieber  $>38\text{ °C}$  unter Umständen mit Kopfschmerzen, Schüttelfrost oder anderen grippeartigen Beschwerden auf, müssen Sie unverzüglich einen Arzt aufsuchen. Eine frühzeitige Abklärung und schnelle richtige Therapie können Leben retten.