

## Wie man mit Reisen in Risikogebiete umgeht.

Da ich oft in unterschiedlichen Risikogebieten unterwegs bin und keinen Kontinent bei meinen Reisen auslasse, habe ich bereits viele verschiedene Impfungen erhalten. Vorher spreche ich mit meinem Hausarzt oder einem Openmediziner die bevorstehenden Schritte durch und plane genügend Zeit ein, um auch Impfungen mit mehreren Wochen Vorlaufzeit bekommen zu können.



Reisen in Risikogebiete

## Wo finde ich Informationen im Internet?

Abgesehen von Deinem Hausarzt ist das Robert Koch Institut eine gute 1. Anlaufstelle, um sich Informationen über Risikogebiete einzuholen und sich über die verschiebenden Krankheiten und Impfungen zu informieren. Heute stelle ich Dir jedoch noch einen weiteren Ratgeber vor:

Hier findest Du einen KOSTENLOSEN Download des "Travel Guide für Deine Sicherheit auf Reisen" des Internisten und Tropenmediziners Dr. med. Hinrich Sudeck. Sein Ratgeber bietet umfangreiche Informationen und Tipps zum Thema reisespezifische Medizin und Gesundheit.



Quelle: Travel Guide

## Gegenstand des Ratgebers

- medizinisch riskante Reiseländer
- wichtige Maßnahmen zur Reisevorbereitung
- länderspezifische Besonderheiten

Der Ratgeber ist sehr übersichtlich aufgebaut, enthält ebenfalls Empfehlungen für eine persönliche Reise-Apotheke und hat als Download auf meinem Handy und Computer seinen Platz gefunden. Gerne downloaden und weiter empfehlen!

Dieser Beitrag entstand in freundlicher Zusammenarbeit mit [envivas.puls](https://www.envivas.puls.com).

Disclaimer: Die Beratung beim Arzt wird durch diesen Beitrag nicht ersetzt. Erkundige Dich auf jeden Fall bei Deinem Hausarzt, welche Impfungen nötig sind.