

Impfungen, Einreisevorschriften (Quelle: ADAC.de)

Eine gültige Schutzimpfung gegen **Gelbfieber** müssen Sie nachweisen, wenn Sie sich in den letzten 6 Tagen vor Einreise in einem der folgenden Länder aufgehalten haben:

Äquatorialguinea, Äthiopien, Angola, Argentinien, Benin, Bolivien, Brasilien, Burkina Faso, Burundi, Ecuador, Elfenbeinküste, Französisch-Guyana, Gabun, Gambia, Ghana, Guinea, Guinea-Bissau, Guyana, Kamerun, Kenia, Kolumbien, Kongo, Kongo, Demokratische Republik, Liberia, Mali, Mauretanien, Niger, Nigeria, Panama, Paraguay, Peru, Ruanda, Sao Tome und Principe, Senegal, Sierra Leone, Somalia, Sudan, Suriname, Tansania, Togo, Trinidad und Tobago, Tschad, Uganda, Venezuela, Zentralafrikanische Republik

Dies gilt auch für Reisende die vorher mehr als 12 Stunden auf einem Transitflughafen in einem Endemiegebiet gewesen sind.

Keinen Impfnachweis brauchen **Kinder unter 1 Jahr**.

Nehmen Sie die Reise auch zum Anlass, Ihren sonstigen Impfschutz bei einem Arzt überprüfen zu lassen. Jeder Reisende sollte über die für Deutschland empfohlenen "Standard"-Impfungen verfügen, insbesondere über eine aktuelle Impfung gegen **Tetanus** (Wundstarrkrampf), **Diphtherie**, Pertussis (Keuchhusten), **Masern** und eine Grundimmunisierung gegen **Poliomyelitis** (Kinderlähmung). Personen über 60 Jahren wird empfohlen, sich gegen **Pneumokokken** (Lungenentzündung) und je nach Reisezeit gegen **Grippe** impfen zu lassen.

Für Myanmar (Burma) raten Experten auch zur Impfung gegen **Hepatitis A** (Gelbsucht).

Bleiben Sie länger im Land oder reisen Sie unter einfachen Bedingungen (z.B. mit Zelt und Rucksack) sollten Sie zusätzlich folgende Impfungen in Betracht ziehen:

Hepatitis B, Japanische **Enzephalitis**, **Tollwut**, **Typhus**

Malaria

Ein geringes bis mäßiges Risiko in Myanmar (Burma) an Malaria zu erkranken, besteht das ganze Jahr über. Es ist während und kurz nach der Regenzeiten höher als sonst.

Die Krankheit tritt vor allem im Osten (Karen, Kayah, Tenasserim, östliches Shan), besonders im Grenzgebiet zu Thailand sowie im Westen (südwestliches Chin mit Grenzgebiet zu Bangladesh und Indien) auf.

Im südlichen Teil mit Grenzgebiet zu China gibt es ein geringes Risiko an Malaria zu erkranken.

Gebiete oberhalb von 1000m sowie die Stadtgebiete von Yangon und Mandalay gelten als malariafrei.

Die wichtigste Schutzmaßnahme gegen eine Infektion besteht in konsequentem Schutz gegen Mückenstiche.

WHO und andere Gremien empfehlen zudem für Gebiete mit hohem Malariarisiko die vorsorgliche Einnahme von Medikamenten, für solche mit geringem Risiko die Mitnahme eines geeigneten Notfallmedikaments.

Besprechen Sie die genaue Vorgehensweise unbedingt rechtzeitig mit einem erfahrenen Arzt!

Medizinische Versorgung

Eine medizinische Versorgung auf annähernd westeuropäischem Niveau ist in Myanmar (Burma) auch in der Hauptstadt nicht gewährleistet!

In ländlichen Gebieten kann höchstens mit einer sehr begrenzten Versorgung gerechnet werden.

Reiseapotheke

Nehmen Sie auf Reisen immer eine eigene Reiseapotheke mit. Medikamente, die regelmäßig eingenommen werden, sollten Sie sicherheitshalber in doppelter Menge dabei haben und auf Hand- und Check-in-Gepäck verteilen.

Wer nach Myanmar reist, sollte unbedingt eine private Auslandsrankenversicherung abschließen, da deutsche Krankenkassen z.B. Kosten für einen Transport in geeignete Zentren oder zurück nach Deutschland nicht erstatten.