



Outdoor Adventure Safaris Namibia & Botswana

Malaria Informationen

Aufgrund der tropischen Sommerregenzeit die derzeit im südlichen Afrika bis April/Mai anhält, besteht in verschiedenen Landesteilen ein erhöhtes **Malariarisiko**. Betroffen sind vor allem in Namibia Regionen im Norden des Landes (Etoscha-Pfanne, Oshana, Oshikoto, Omusati, Ohangwena, Otjozondjupa und Omaheke). Während den Regenzeiten stehen für viele Insekten, wie z.B. Mücken vermehrt Brutplätze zur Verfügung. Dadurch nimmt die Anzahl der Überträgermücken zu. Aus diesem Grund treten Krankheiten, die durch Mücken übertragen werden, wie z.B. Malaria, während und nach Regenperioden häufiger auf. Auch Reisende sind bei Aufenthalten in Ländern mit Malaria-Vorkommen gefährdet – vor allem während den Regenzeiten. Daher sollte rechtzeitig vor der Reise eine aufklärende reisemedizinische Beratung erfolgen. Da eine Vielzahl von Faktoren das individuelle Malariarisiko festlegen, sollte in einer gründlichen Nutzen-Risiko Abwägung in einem persönlichen Gespräch mit dem Arzt die richtige Malariaphylaxe individuell festgelegt werden.

Landesweit besteht eine **Infektionsgefahr für diverse Infektionskrankheiten die durch verunreinigte Speisen oder Getränke übertragen werden** (z.B. Hepatitis A, Typhus, Bakterienruhr, Amöbenruhr, Lambliasis, Wurmerkrankungen). Daher sollten sorgfältige Nahrungsmittel- und Trinkwasser-Hygienemaßnahmen stets durchgeführt werden. Vor dem Verzehr und Kauf von Lebensmitteln aus billigen Straßenrestaurants und von Märkten wird gewarnt. Bei Reisen unter einfachen hygienischen Bedingungen (z.B. Rucksack- und Trekkingreisen) in Regionen mit erhöhtem Typhusvorkommen, ist daher ein Typhus - Impfschutz sinnvoll. Bei Reisen in Länder mit einem erhöhten Hepatitis A-Vorkommen sollte ein Hepatitis A-Impfschutz in Erwägung gezogen werden.

Malariahinweise

Vorkommen

Risikogebiete: hohes Risiko im Tal der Flüsse Kavango und Kunene, im Caprivi-Streifen sowie saisonal erhöhtes Risiko in den übrigen nördlichen Regionen, in der Etoscha-Pfanne, Oshana, Oshikoto, Omusati, Ohangwena, Otjozondjupa und Omaheke.

Kein Malariarisiko: Städte und Süd-Namibia

Übertragungsmonate: ganzjährige Gefährdung im Kuvango- und Kunene-Tal sowie im Caprivi-Streifen. Während November - Juni besteht ein erhöhtes Malariarisiko im Norden des Landes (Etoscha-Pfanne, Oshana, Oshikoto, Omusati, Ohangwena, Otjozondjupa und Omaheke) das in den Monaten Juli bis Oktober abnimmt.

Malariaart: 85 % Malaria tropica (P. falciparum), ansonsten Malaria tertiana.

Vorbeugung

Schutz vor Mückenstichen

durch langärmelige Kleidung, Sprays, Cremes, Lotionen, Mosquitonetze, etc.

<u>empfohlen</u>	
<u>Vorbeugung mit Medikamenten (Chemoprophylaxe)</u>	ganzjährig: im Kuvango- und Kunene-Tal sowie im Caprivi-Streifen November - Juni: in den übrigen nördlichen Gebieten, auch Etoscha Pflanze, Oshana, Oshikoto, Omusati, Ohangwena, Otjozondjupa und Omaheke
<u>Nur Notfallmedikation empfohlen (Standby)</u>	Juli - Oktober: in den übrigen nördlichen Gebieten, auch Etoscha Pflanze, Oshana, Oshikoto, Omusati, Ohangwena, Otjozondjupa und Omaheke
<p>Die vorstehenden Empfehlungen zur Malaria-Vorbeugung orientieren sich an Erfahrungen und Daten aus der Reisemedizin und gelten für den "Regelfall" eines organisiert reisenden Touristen. Der beratende Arzt kann sich im Rahmen einer individuellen Beratung für ein anderes Vorgehen entscheiden, wenn das Malaria-Risiko z.B. durch Reisestil, Aufenthaltsdauer, Region, Saison oder aktuelle Ereignisse deutlich höher oder geringer anzusetzen ist als bei einem typischen Touristikurlaub. Daher ist vor Abreise in ein Malaria-Risikogebiet eine individuelle Beratung beim Arzt empfohlen.</p>	

Impfempfehlungen

Krankheit	Impfschutz	Risikogruppen
<u>Diphtherie</u>	ja	Grundsätzlich sollten alle Personen einen Impfschutz besitzen (Auffrischung alle 10 Jahre)
<u>FSME</u>	nein	
<u>Gelbfieber</u>	nein	
<u>Hepatitis A</u>	ja	Alle Reisende in Länder mit erhöhtem Hepatitis-A-Vorkommen
<u>Hepatitis B</u>	Risikogruppen ja	Reisende in Gebiete mit erhöhtem Hepatitis B-Vorkommen und bei erhöhtem Infektionsrisiko <u>sowie bei längeren Aufenthalten (> 1 Monat)</u> . Anlässlich einer Reise ist es ratsam, eine Hepatitis B Impfung grundsätzlich in Erwägung zu ziehen. Die Impfung ist für Kinder und Jugendliche in Deutschland routinemäßig empfohlen.
<u>Japanische Enzephalitis</u>	nein	
<u>Kinderlähmung</u>	ja	Reisende in Gebiete mit erhöhtem Polio-Infektionsrisiko
<u>Meningokokken Meningitis</u>	nein	
<u>Tetanus</u>	ja	Grundsätzlich sollten alle Personen einen Impfschutz besitzen (Auffrischung alle 10 Jahre)
<u>Tollwut</u>	Risikogruppen ja	Reisende in Gebiete mit erhöhtem Tollwut-Vorkommen (z.B. durch Hunde, Katzen und Waldtiere; Auch

		Fledermäuse können durch einen Biß Tollwut übertragen !) und/oder erhöhter Infektionsgefahr (z.B. durch Langzeitaufenthalte, Rucksack- und/oder Abenteuerreisen). Kinder gelten als besonders gefährdet. Zu den beruflichen Risikogruppen zählen Tierärzte, Jäger und Forstpersonal
Typhus	Risikogruppen ja	Reisen in Länder mit unzureichender Hygiene und Trinkwasserversorgung (z.B. während Rucksack- und Abenteuerreisen).

Impfvorschriften

Gelbfieber	Der Nachweis einer Gelbfieberimpfung ist erforderlich für alle Reisenden, die aus Gelbfieber-Infektionsgebieten (Endemiegebieten) kommen. Als Gelbfieber-Endemiegebiete gelten die von der WHO ausgewiesenen (s. Karte Gelbfieber-Verbreitungsgebiete). Reisende auf Linienflügen mit Transitaufhalten in Endemiegebieten benötigen kein Impfzertifikat, sofern sie auf dem Transitflughafen oder in der angrenzenden Stadt bleiben. Handelt es sich nicht um einen Linienflug und der Abflugflughafen liegt innerhalb einer Gelbfieber-Endemiegebietes, ist ein Impfzertifikat erforderlich. Dieses Zertifikat ist bei Kindern unter 12 Monaten nicht vorgeschrieben! Diese Kinder können aber einer Überwachung unterzogen werden.
----------------------------	--

Spezielle Gesundheitsrisiken

Krankheit	Anmerkung	Schutz
Bilharziose	Vorkommen: im Süßwasser v.a. Caprivi-Streifen	Vermeidung von Hautkontakt mit Süßwasser (Seen, Tümpel, Flüsse und Bächen)
diverse Darminfektionen	Landesweites Vorkommen von Parasiten, Bakterien, Viren (Wurmbefall , Shigellen , Salmonellen , Amöben , Lamblien)	Sorgfältige Nahrungsmittel- und Trinkwasserhygiene
Hepatitis B	landesweites Vorkommen	Impfung. Verwendung von Kondomen und sterilen Spritzen und Nadeln
Pest	Vorkommen: in der Ohangwena-Region im Norden des Landes	Schutz vor Ratten (z.B. durch sichere Schlafplätze bei Übernachtungen im Freien) und Flöhen (häufiger hygienischer Wäschewechsel). Reisende sollten sich von Pestkranken fernhalten. Bei beruflicher Exposition können vorbeugend Antibiotika eingenommen werden.
Schlafkrankheit	Vorkommen: vereinzelte Herde	Schutz vor Bremsen durch hautbedeckende

	im Norden	Kleidung (dunkle Farben vermeiden). Verwendung von insektenabweisenden Mitteln (Cremes, Lotionen, Sprays), Anti-Mücken coils, Mückennetze, etc.
<u>Tollwut</u>	landesweites Vorkommen	Impfung. Fernhalten von freilaufenden, streunenden Tieren (v.a. Hunden und Katzen)

Klimatabelle

Monat	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Min. Temp °C	17	16	15	13	9	7	6	8	12	15	15	17
Max. Temp °C	29	28	27	25	22	20	20	23	25	29	29	30
Feuchtigkeit %	39	49	46	43	38	37	30	24	20	20	26	32
Regentage	8	8	8	4	1	0	0	0	0	2	3	6

Bei den monatlich angegebenen Zahlen handelt es sich um Durchschnittswerte die sich aus einem Beobachtungszeitraum heraus errechnet haben. Nachdem die Wetterlage durch vielerlei Einflüsse ständigen Veränderungen unterworfen ist, können die Angaben nicht als absolut betrachtet werden, sondern sollen eine relative Klimaeinschätzung innerhalb der Monate wiedergeben. Das aktuelle Klima in Ihrem Reiseland erfahren Sie im Internet bei verschiedenen Wetterservice Einrichtungen.

Botschaft

Botschaft der Republik Namibia
 Wichmannstraße 5, 2. Etage
 10787 Berlin
 Tel.: (030) 25 40 95-0
 Fax: (030) 25 40 95 55
 e-Mail: namibiaberlin@aol.com
 URL: www.namibia-botschaft.de

Hausanschrift:
 Embassy of the Federal Republic of Germany
 Sanlam Centre, 6th Floor
 Independence Ave.
 Windhoek

Postanschrift:
 Embassy of the Federal Republic of Germany
 P.O. Box 231
 Windhoek
 Tel.: (00264 61) 27 31-00 / -33
 Fax: (00264 61) 22 29 81
 e-Mail: german@iway.na
 URL: www.windhuk.diplo.de