

Informationen für Reisende

Malaria Stand 03/2023

Was ist Malaria?

Malaria ist eine schwere, oft tödliche Infektionskrankheit, die durch Blutparasiten (sog. Plasmodien) verursacht wird, die unsere roten Blutkörperchen befallen. Malaria wird durch Mückenstiche infizierter Moskitos übertragen. Die Symptome treten frühestens 6 Tage nach Infektion auf und umfassen Fieber, Schüttelfrost, häufig auch Kopfschmerzen, Muskelschmerzen, Durchfall und Abgeschlagenheit. Eine Malaria hat somit keine typischen Symptome, sie ähnelt z.B. einer Grippe oder einer anderen Virusinfektion. Um eine Malaria-Erkrankung nachzuweisen oder auszuschließen, sind Labortests nötig. Wird eine Malaria nicht innerhalb weniger Tage behandelt, so kann es zu einem schweren Krankheitsverlauf mit Komplikationen kommen, insbesondere zum Versagen lebenswichtiger Organe (z.B. Nierenversagen), zu Koma und zum Tod. Eine Malaria verläuft dann schwer, wenn sie über mehrere Tage nicht erkannt und behandelt wird. Es ist also essentiell wichtig, beim Auftreten von Symptomen, die eine Malaria sein könnten, rasch ärztliche Hilfe aufzusuchen.

Wo kommt die Malaria vor?

Malaria ist heutzutage in vielen tropischen und subtropischen Regionen verbreitet (Abb.1). Das Malariarisiko ist in Afrika südlich der Sahara am größten. Deutlich seltener ist die Malaria in Ländern Asiens und in Mittel- und Südamerika. Für Reisende besteht, insbesondere bei Reisen nach Afrika südlich der Sahara, ein hohes Risiko, an einer Malaria zu erkranken, sofern keine Schutzmaßnahmen getroffen werden.

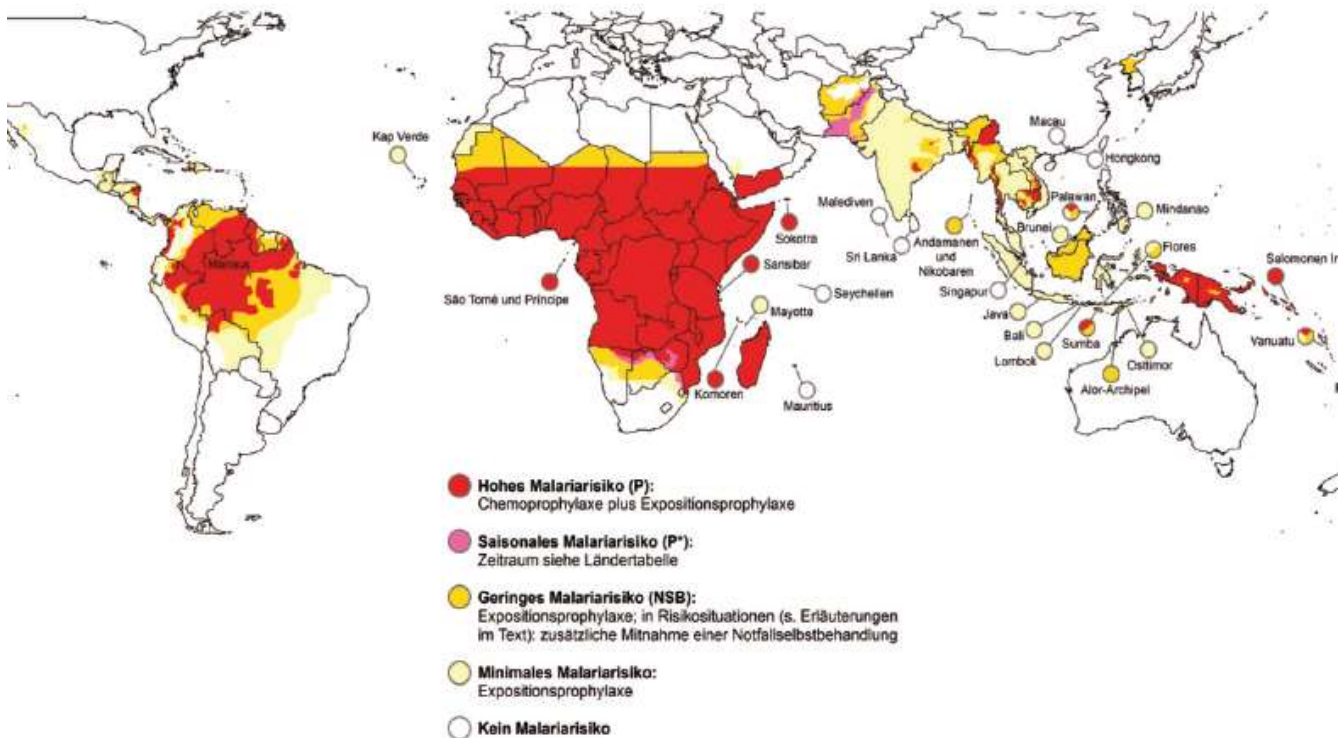


Abb. 1: Malariagebiete der Welt 2022. Bei Reisen in Regionen mit hohem Malariarisiko wird in der Regel die Einnahme einer Malaria-Prophylaxe mit Tabletten, zusätzlich zum Mückenschutz, empfohlen, Einzelheiten siehe Text. Quelle: Rothe C et al, Flug-, Reise-, Tropenmed 2022; 4.

Wie kann ich mich vor einer Malaria schützen?

Malaria wird durch überwiegend nachtaktive Moskitos übertragen, daher sollte man sich von der Abend- bis zur Morgendämmerung so gut wie möglich gegen Mückenstiche schützen.

Ein effektiver Mückenschutz beinhaltet:

- geeignete Kleidung tragen: helle Farben, langärmelig, luftig
- Kleidung zusätzlich imprägnieren mit Permethrin-haltigen Insektensprays (z.B. Nobite Kleidung®)
- Mückenschutz für die Haut: Inhaltsstoff DEET in 30-50% Konzentration oder Icaridin 20%, wiederholt am Tag auftragen. Bei Verwendung von Sonnenschutz: erst den Sonnenschutz, dann den Mückenschutz auftragen.
- nachts unter einem Moskitonetz schlafen, das am besten mit Permethrin imprägniert ist. Auch die Verwendung von Klimaanlage bietet Schutz vor Stechmücken.

Zudem besteht die Möglichkeit der **medikamentösen Vorbeugung**. Diese ist bei Reisen in Gebiete mit hohem Malariarisiko (Abb. 1) grundsätzlich empfehlenswert. Die medikamentöse Prophylaxe ist zu annähernd 100% wirksam, sofern sie korrekt eingenommen wird. Die Auswahl des Medikaments hängt vom Reiseziel und der individuellen Gesundheit des Reisenden ab. In der Regel werden die Arzneimittel Atovaquon-Proguanil (z.B. Malarone) oder Doxycyclin verwendet.

Die Prophylaxe beginnt vor der Reise in die Malariagebiete und wird während des gesamten Aufenthalts **sowie, je nach Medikament, für 1-4 Wochen nach der Rückkehr** fortgesetzt. Gerade die Einnahme nach der Rückkehr wird oft vergessen; das kann zu einer Malaria führen. Hinweise zur Einnahme finden Sie auf der Rückseite Ihres Beratungszettels, den Sie bei Ihrer Reiseberatung erhalten.

Was mache ich, wenn ich Beschwerden bekomme, die auf eine Malaria hindeuten?

Wenn Sie in einem Malaria-Risikogebiet Fieber bekommen, das mehr als 24 Stunden anhält, sollten Sie sich unverzüglich ärztlich vorstellen. In diesem Fall muss dann eine Malaria ausgeschlossen werden. Dafür ist eine Blutentnahme nötig. Das Ergebnis liegt binnen weniger Stunden vor. Je länger eine Malaria ohne Behandlung bleibt, desto höher ist das Risiko, schwer zu erkranken oder sogar zu sterben.

Kann ich auch nach der Rückkehr aus dem Malariagebiet noch an Malaria erkranken?

In den meisten Fällen tritt die Malaria bis rund 12 Wochen nach dem Aufenthalt in Malariagebieten auf, seltener auch später. Somit ist während und auch nach einem Aufenthalt in einem Malariagebiet (Abb.1) jede unklare fieberhafte Erkrankung malariaverdächtig. Sollten Sie nach der Rückkehr nach Deutschland mit Fieber erkranken, wenden Sie sich gerne an uns im Tropeninstitut. Wir können eine Malaria rasch nachweisen oder ausschließen und ggf. behandeln.

Wie wird die Malaria behandelt?

Die genaue Behandlung hängt von der Art des Parasiten und vom Schweregrad der Infektion ab. In der Regel müssen mehrere Tabletten (auf einmal) 1-2 Mal pro Tag für die Dauer von drei aufeinanderfolgenden Tagen eingenommen werden. Bei schweren Infektionen kann eine Behandlung mit Infusionen auf einer Intensivstation erforderlich sein.

Kann ich eine Malaria mehrmals im Leben bekommen?

Ja, eine einmalige Infektion hinterlässt keine Immunität gegen Malaria. Reist man erneut in ein Malariagebiet, kann man erneut an Malaria erkranken. Dies gilt auch für Menschen die ihre Kindheit in Malariagebieten verbracht haben und jetzt in Deutschland leben. Es ist daher wichtig, sich vor Reisen stets über die Malaria-Risiken in der Region zu informieren und angemessene Vorsichtsmaßnahmen zu treffen, um das Risiko einer Malaria-Infektion zu minimieren.

Ihr Tropeninstitut berät Sie gerne!