

Standort/ Adressen

Institut für Internationale Gesundheit

Campus Virchow-Klinikum
Augustenburger Platz 1
13353 Berlin

Tel: +49 (0)30-450 565 700
Fax: +49 (0)30-450 565 989
E-mail: tropeninstitut@charite.de
<https://internationale-gesundheit.charite.de>
Direktorin: Prof. Dr. med. Beate Kampmann

Alle Leistungen für Kassen- und Privatpatienten!

Reisemedizinische Beratung und Impfungen

Campus Virchow-Klinikum, interne
Geländeadressen:
Mo - Fr: 08:00 - 15:00. Südring 3B
Mo - Fr: 15:00 - 19:00. Südring 2
Sa: 11:00 - 15:00. Südring 2

Tropenmedizinische Ambulanz

Campus Virchow-Klinikum
interne Geländeadresse: Südring 2
(keine Impfung)
Mo - Fr: 08.00 - 14.00

Tollwutambulanz

Campus Virchow-Klinikum
interne Geländeadresse: Südring 2
Mo - Fr: 08.00 - 14.00

Stand 13.10.2021/CS

Autan® Tropical

Reisedurchfall

WIE KANN ICH VORBEUGEN?

■ H₂O und Co.

- Trinken Sie möglichst nur in Flaschen oder Dosen abgefülltes Mineralwasser oder industriell hergestellte Erfrischungsgetränke.
- Wasser sollten Sie nur trinken, wenn es vorher abgekocht, desinfiziert oder gefiltert wurde (sicherheitshalber auch beim Zähneputzen).
- Verzichten Sie auf Eiswürfel oder Speiseeis, wenn Sie nicht absolut sicher sind, dass diese industriell hergestellt worden sind.
- Trinken Sie nur pasteurisierte Milch (noch sicherer: ultrahoch-erhitzte Milch).
- Entkeimen Sie Ihr Wasser chemisch.

■ Ernährung

- Essen Sie bewusst kleine Portionen und trinken Sie nicht während des Essens.

■ Die goldene Regel

- „Koch´ es, brat´ es, schäl´ es oder vergiss es!“ gilt für die Zubereitung von Lebensmitteln.

■ Vermeiden Sie

- rohe Salate, Speisen mit rohen Eiern (Mayonnaise o. ä.), rohes oder halbbrohes Fleisch, rohen Fisch/Meeresfrüchte.
- Achten Sie sorgfältig auf die Hygiene Ihrer Hände.

DOCH ERWISCHT - WIE KANN ICH BEHANDELN?

■ Medikamente

- Medikamente, die die Darmtätigkeit beruhigen, unterdrücken den Durchfall.
- Für Kinder sind sie auf keinen Fall geeignet!
- Beachten Sie, dass bei Durchfall die Wirksamkeit von Medikamenten, die Sie regelmäßig einnehmen, nachlassen kann.
- Verlorenes Wasser und Salze ersetzen.
- Nehmen Sie nur leichte Kost (z. B. Weißbrot, Tee) zu sich.
- Trinken Sie oft, aber in kleinen Mengen.
- Vor allem bei kleinen Kindern und alten Menschen müssen Sie auf Gewichts- und Flüssigkeitsverlust achten und ihn ersetzen.
- Zum Ausgleich von Flüssigkeitsverlusten empfiehlt sich eine Mineralstoff-Trinklösung aus der Apotheke. Zur Not helfen auch Cola und Salzgebäck, um den Flüssigkeits-, Zucker- und Salzverlust auszugleichen.

■ Gehen Sie umgehend zum Arzt

- wenn Sie nach drei Tagen noch keine Besserung feststellen.
- bei blutigen, schleimigen oder sehr häufigen wässrigen Durchfällen sowie bei Fieber, wiederholtem Erbrechen oder Koliken