

Einreise

Impfempfehlungen:

- Impfungen sind keine vorgeschrieben, aber besonders bei Kindern empfiehlt das Robert-Koch-Institut folgende vorbeugende Impfungen:
 - Diphtherie (D/d)
 - Haemophilus influenzae Typ b (Hib)
Hierzu zählen Erkrankungen, wie die Entzündungen von Hirnhaut, Nieren, Kehldeckel, Lungen oder Knochen, die durch Bakterien vom Haemophilus influenzae Typ b (Hib) verursacht werden.
 - Hepatitis B (HB) / in Polen speziell auch: Hepatitis A
 - HPV
(Humane Papillomaviren - eine neue Standardimpfung für Mädchen)
 - Masern, Mumps, Röteln (MMR)
 - Meningokokken
 - Pertussis (aP/ap) (Keuchhusten)
 - Pneumokokken
 - Poliomyelitis (IPV) (Kinderlähmung)
 - Rotaviren
 - Tetanus (T)
 - Varizellen
 - Influenza (für Erwachsene)

Tabelle 1: Impfkalendar (Standardimpfungen) für Säuglinge, Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Impfung	Alter in Wochen	Alter in Monaten					Alter in Jahren					
	6	2	3	4	11-14	15-23	2-4	5-6	9-11	12-17	ab 18	ab 60
Tetanus		G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ggf. N) ^f	
Diphtherie		G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ggf. N) ^f	
Pertussis		G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ggf. N) ^f	
Hib H. influenzae Typ b		G1	G2 ^a	G3	G4	N	N					
Poliomyelitis		G1	G2 ^a	G3	G4	N	N		A1		ggf. N	
Hepatitis B		G1	G2 ^a	G3	G4	N			N			
Pneumokokken		G1	G2	G3	G4	N						5 ^b
Rotaviren	G1 ^b	G2	(G3)									
Meningokokken C					G1 (ab 12 Monaten)				N			
Masern					G1	G2			N			5 ^d
Mumps, Röteln					G1	G2			N			
Varizellen					G1	G2			N			
Influenza												5 (jährlich)
HPV Humanes Papillomavirus										5 ^e		

Erläuterungen

G Grundimmunisierung (in bis zu 4 Teilimpfungen G1-G4)

A Auffrischungsimpfung

5 Standardimpfung

N Nachholimpfung (Grundimmunisierung aller noch nicht Geimpften bzw. Komplettierung einer unvollständigen Impfserie)

a Bei Anwendung eines monovalenten Impfstoffes kann diese Dosis entfallen.

b Die 1. Impfung sollte bereits ab dem Alter von 6 Wochen erfolgen, je nach verwendetem Impfstoff sind 2 bzw. 3 Dosen im Abstand von mindestens 4 Wochen erforderlich.

c Einmalige Impfung mit Polyvalenz-Impfstoff; Auffrischungsimpfung nur für bestimmte Indikationen empfohlen, vgl. Tabelle 2

d Einmalige Impfung für alle nach 1970 geborenen Personen > 18 Jahre mit unklarem Impfstatus, ohne Impfung oder mit nur einer Impfung in der Kindheit; vorzugsweise mit einem MMR-Impfstoff

e Standardimpfung für Mädchen und junge Frauen

f Td-Auffrischung alle 10 Jahre. Die nächste fällige Td-Impfung einmalig als Tdap- bzw. bei entsprechender Indikation als Tdap/IPV-Kombinationsimpfung.

- **Besonders zu erwähnen im Rahmen von Impfung und Gesundheit:**

Frühsommer-Meningoenzephalitis [FSME]

- ✓ Die in Polen vorkommende Erkrankung Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) wird durch Zecken übertragen. Infektionen treten zwischen Frühjahr und Herbst vor allem im Nordosten des Landes auf, es besteht jedoch im gesamten Land ein Risiko.
- ✓ Schütze Dich bei naturnahen Aufenthalten im Freien vor Zecken. Suche Deinen Körper nach dem Aufenthalt im Freien sorgfältig ab.
- ✓ Lassen Dich bei Reisen in FSME-Risikogebiete mit vermehrtem Aufenthalt im Freien hinsichtlich einer FSME-Impfung beraten.

Virushepatitis A

- ✓ Insbesondere durch mangelnde Trinkwasser-, Lebensmittel- und Handhygiene kann die Viruserkrankung der Leber auftreten.
- ✓ Lass Dich bzgl. einer Hepatitis-A-Impfung beraten.
- ✓ Trinke nur Wasser sicheren Ursprungs. Eiswürfel sollten nur verwendet werden, wenn sie sicher mit sauberem Wasser hergestellt wurden.
- ✓ Wasche so oft wie möglich mit Seife die Hände, stets jedoch vor der Essenszubereitung und vor dem Essen. Falls Wasser und Seife nicht zur Verfügung stehen, verwenden Sie Flüssigdesinfektionsmittel.
- ✓ Obst und Gemüse sollte nur geschält und/oder gekocht verzehrt werden. Grundsätzlich sollte nur gekochtes und gebratenes Fleisch und Fisch verzehrt werden. Ungekochte Nahrungsmittel wie z. B. rohe Milch sind zu meiden.
- ✓ Halte unbedingt Fliegen von Deiner Verpflegung fern.
- ✓ Vorsicht bei ungenügend erhitzten Meeresfrüchten (Muscheln, Krabben etc.). Esse keine rohen Meeresfrüchte.
- ✓ Benutze unterwegs auch zum Geschirrspülen und Zähneputzen möglichst Trinkwasser aus einer Flasche [„stilles Wasser“].
- ✓ Falls kein Flaschenwasser zur Verfügung steht, verwende gefiltertes, desinfiziertes oder abgekochtes Wasser.

Poliomyelitis [cVDPV2]

- ✓ Die Erreger diese Polioerkrankung [Kinderlähmung] wurden in Polen im Abwasser nachgewiesen.
- ✓ Für Deutschland empfiehlt die STIKO die Impfung gegen Poliomyelitis als Standardimpfung (S) mit einmaliger Auffrischung (A). Personen gelten damit als vollständig geimpft, wenn sie eine komplette Grundimmunisierung sowie eine Auffrischimpfung erhalten haben.
- ✓ Für die Grundimmunisierung sind drei Impfstoffdosen im Alter von 2, 4 und 11 Monaten empfohlen. Ausnahmen bestehen bei Frühgeborenen. Eine einmalige Auffrischimpfung ist im Alter von 9 bis 16 Jahren vorgesehen. Die Grundimmunisierung und die Auffrischimpfung können in jedem Lebensalter nachgeholt werden. Hierfür steht in Deutschland ein monovalenter Impfstoff zur Verfügung (IPV-Merieux®). Kombinationsimpfstoffe können bei weiteren fehlenden Impfungen, z.B. gegen Tetanus, Diphtherie oder Pertussis, ebenfalls zur Grundimmunisierung verwendet werden.

- ✓ Die WHO hat die Länder der Kategorie 2 mit lokaler Übertragung von cVDPV2 und mit Risiko der internationalen Verbreitung aufgefordert, alle Einwohner und Langzeitreisende länger als 4 Wochen, die eine internationale Reise antreten, zu ermutigen („encourage“), sich vier Wochen bis 12 Monate vor Ausreise mit einer Dosis gegen Poliomyelitis impfen zu lassen (intramuskulärer Impfstoff IPV). Steht eine dringende Reise an und es wurde nicht in den vergangenen vier Wochen bis 12 Monaten gegen Polio geimpft, sollten Einwohner und Langzeitreisenden länger als 4 Wochen ermutigt werden, mindestens zum Abreisezeitpunkt eine Impfung zu erhalten. Zumindest eine Auffrischimpfung, wenn letzte Impfung vor mehr als 10 Jahren verabreicht wurde.

- **Besonders zu beachten sind darüber hinaus:**
 - Das Trinkwasser ist nicht selten belastet. Daher kein unabgekochtes Wasser aus der Leitung trinken.

 - Die Hygienebedingungen sind allgemein nicht unproblematisch. Daher wird dringend Prophylaxe gegen Hepatitis A, Hepatitis B und FSME [Frühsommer-Meningoenzephalitis] empfohlen.

 - Durch Mücken und/oder Zecken werden übertragen:
 - **FSME**
[Frühsommer-Meningoenzephalitis; die über Lähmung zum Tod führt wie eine Hirnhautentzündung; es existiert eine Impfung dagegen]

Sieh dazu oben unter Frühsommer-Meningoenzephalitis [FSME].