



Tansania

Stand: 06.07.2012

Die nachstehenden Informationen geben Ihnen einen Überblick über notwendige und sinnvolle Maßnahmen zur Gesundheitsvorsorge bei einer Reise in dieses Land.

Klima

Überwiegend tropisches Hochlandklima mit Jahresmitteltemp. um 20°C; Küstenbereich ganzjährig tropisch-heiß (Jahresmittel um 26°C); Regenzeit von Dezember bis Mai, in Äquatornähe zwei Regenperioden (März bis Mai und Oktober/November).

Einreise-Impfvorschriften

Bei Direktflug aus Europa: **keine Impfungen vorgeschrieben**

Bei einem vorherigen Zwischenaufenthalt (innerhalb der letzten 6 Tage vor Einreise) in einem der aufgeführten Länder (Gelbfieber-Endemiegebiete) wird bei Einreise eine gültige [Gelbfieber-Impfbescheinigung](#) verlangt (ausgenommen Kinder unter 1 Jahr).

Bei Einreise nach Sansibar wird der Nachweis einer gültigen Gelbfieber-Impfung verlangt.

- ➡ Gelbfieber-Impfbescheinigung erforderlich bei Einreise aus:
- Angola · Äquatorialguinea · Argentinien · Äthiopien · Benin · Bolivien · Brasilien · Burkina Faso · Burundi · Ecuador · Elfenbeinküste · Franz. Guayana · Gabun · Gambia · Ghana · Guinea · Guinea-Bissau · Guyana · Kamerun · Kenia · Kolumbien · Kongo, Rep. · Kongo, Dem. Rep. · Liberia · Mali · Mauretanien · Niger · Nigeria · Panama · Paraguay · Peru · Ruanda · Senegal · Sierra Leone · Sudan · Suriname · Togo · Trinidad & Tobago · Tschad · Uganda · Venezuela · Zentralafr. Republik

Empfohlener Impfschutz

Generell: Standardimpfungen nach dem deutschen Impfkalender, spez. [Tetanus](#), [Diphtherie](#), außerdem [Hepatitis A](#), [Gelbfieber](#)

Je nach Reisestil und Aufenthaltsbedingungen im Lande außerdem zu erwägen

Impfschutz	Reisebedingung 1	Reisebedingung 2	Reisebedingung 3
Polio	x		
Cholera	x		
Typhus	x		
Hepatitis B (h)	x		
Tollwut (i)	x		
Meningitis (j)	x		

(h) bei Langzeitaufenthalten u. engerem Kontakt mit der einheimischen Bevölkerung

(i) bei vorhersehbarem Umgang mit Tieren

(j) nur bei engerem Kontakt zur einheimischen Bevölkerung, vorw. in der Trockenzeit

Reisebedingung 1:

Reise durch das Landesinnere unter einfachen Bedingungen (Rucksack- /Trecking- /Individualreise) mit einfachen Quartieren/Hotels; Camping-Reisen, Langzeitaufenthalte, praktische Tätigkeit im Gesundheits- o. Sozialwesen, enger Kontakt zur einheimischen Bevölkerung wahrscheinlich

Reisebedingung 2:

Aufenthalt in Städten oder touristischen Zentren mit (organisierten) Ausflügen ins Landesinnere (Pauschalreise, Unterkunft und Verpflegung in Hotels bzw. Restaurants mittleren bis gehobenen Standards)

Reisebedingung 3:

Aufenthalt ausschließlich in Großstädten oder Touristikzentren (Unterkunft und Verpflegung in Hotels bzw. Restaurants gehobenen bzw. europäischen Standards)

Wichtiger Hinweis:

Welche Impfungen letztendlich vorzunehmen sind, ist abhängig vom aktuellen Infektionsrisiko vor Ort, von der Art und Dauer der geplanten Reise, vom Gesundheitszustand, sowie dem eventuell noch vorhandenen Impfschutz des Reisenden.

Informationen zur Kostenübernahme von Impfungen für private Auslandsaufenthalte durch Ihre Krankenversicherung finden Sie in unserer Rubrik "Kostenerstattung" (www.crm.de/krankenkassen).

Da im Einzelfall unterschiedlichste Aspekte zu berücksichtigen sind, empfiehlt es sich immer, rechtzeitig (etwa 4 bis 6 Wochen) vor der Reise eine persönliche Reise-Gesundheits-Beratung bei einem reisemedizinisch erfahrenen Arzt oder Apotheker in Anspruch zu nehmen (*siehe Anschriften qualifizierter Beratungsstellen nach Postleitzahlgebieten sortiert: www.crm.de/beratungsstellen*).

Malaria

Risiko:

ganzjährig, verstärkt während der Regenzeit

- **hohes Risiko** landesweit unterhalb 1.800 m;
- **mittleres bis geringes Risiko** im zentralen Hochland (Gebiete zwischen Mbeya und Dodoma) sowie in den Grenzgebieten zu Kenia im Nordosten;
- **geringes bis kein Risiko** um den Kilimanjaro; von 1.800 bis 2.500 m Höhe ist regional mit einem **geringen Risiko** zu rechnen, höhere Lagen gelten als **malariafrei**;
- die Inseln Sansibar und Pemba sind seit 2008 **malariafrei**

Vorbeugung:

Ein konsequenter Mückenschutz in den Abend- und Nachtstunden verringert das Malariarisiko erheblich (Expositionsprophylaxe).

Die wichtigsten Maßnahmen sind:

- In der Dämmerung und nachts Aufenthalt in mückengeschützten Räumen (Räume mit aircondition, Mücken fliegen nicht vom Warmen ins Kalte)
- Beim Aufenthalt im Freien in Malariagebieten abends und nachts weitgehend körperbedeckende Kleidung (lange Ärmel, lange Hosen).
- Anwendung von insektenabwehrenden Mitteln an unbedeckten Hautstellen (Wade, Handgelenke, Nacken). Wirkungsdauer ca. 2-4 Std.
- Im Wohnbereich Anwendung von insektenabtötenden Mitteln in Form von Aerosolen, Verdampfern, Kerzen, Räucherspiralen.
- Schlafen unter dem Moskitonetz (vor allem in Hochrisikogebieten)

Ergänzend ist die Einnahme von Anti-Malaria-Medikamenten (Chemoprophylaxe) dringend zu empfehlen. Zu Art und Dauer der Chemoprophylaxe fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker bzw. informieren Sie sich in einer qualifizierten reisemedizinischen Beratungsstelle (s.unten). Malariamittel sind verschreibungspflichtig.

Ratschläge zur Reiseapotheke

Denken Sie daran, eine Reiseapotheke mitzunehmen, damit sie für leichtere Erkrankungen und kleinere Notfälle gerüstet sind.

Folgendes sollten Sie auf Reisen immer dabei haben: Medikamente gegen Durchfall, Reisekrankheit, Fieber, Schmerzen sowie Wunddesinfektionsmittel, Insekten- und Sonnenschutzmittel, Salbe bei Insektenstichen oder anderen Hautreizungen, Fieberthermometer und Verbandmaterial.

Je nach Reiseland und Reiseziel können weitere Medikamente (z.B. zur Malariavorsorge) oder Hilfsmittel (z.B. Spritzen) sinnvoll sein.

Nicht vergessen: Medikamente, die Sie ständig einnehmen müssen!

Wenn Sie spezielle Fragen zur Reiseapotheke haben, wenden Sie sich am besten an eine Apotheke mit reisemedizinisch qualifizierten Mitarbeitern.

Aktuelle Meldungen

Gelbfieber: Aufgrund des Gelbfieber-Ausbruchs in Uganda zwischen Oktober 2010 und Februar 2011 haben die Länder der East African Community (Burundi, Kenia, Tansania, Ruanda und Uganda) beschlossen, den Nachweis einer Gelbfieber-Impfung stärker zu kontrollieren. Der Nachweis einer Gelbfieberimpfung ist offiziell nur bei Einreise aus einem Gelbfiebergebiet (ab dem vollendeten 1. Lebensjahr) erforderlich. Entgegen diesen offiziellen Bestimmungen sind vereinzelt auch bei Direktreisen aus Europa am Kilimanjaro International Airport sowie bei der Einreise nach Sansibar vom Festland Tansanias aus Kontrollen des Gelbfieberimpfzertifikats erfolgt, in Einzelfällen war es zu Impfungen vor Ort gekommen. Das tansanische Gesundheitsministerium hat deshalb zwischenzeitlich folgende Regelung verbindlich festgelegt.

1. Reisende aus Endemiegebieten benötigen eine Gelbfieberimpfung.
2. Reisende aus Nicht-Endemiegebieten (z. B. Europa) benötigen nur dann eine Gelbfieberimpfung, wenn sie in einem Gelbfiebergebiet den Flughafen beim Zwischenstopp verlassen oder mindestens 12 Stunden in diesem Flughafen auf ihren Anschlussflug warten.

Da die Behörden auf Sansibar Einreisen vom Festland als Ankunft aus einem Endemiegebiet ansehen, wird für die Weiterreise auf die Insel der Nachweis einer Gelbfieberimpfung erforderlich.

Darminfektionen: Risiko für Durchfallerkrankungen landesweit. Hygiene beachten, Impfschutz für Risikoreisende.

Schlafkrankheit: Im Verlauf der letzten Jahre sind einzelne Besucher des Serengeti-Nationalparks nach der Rückkehr an dieser gefährlichen Parasitose erkrankt. Schutz vor Tsetse-Fliegen (Überträger, tagaktiv) beachten. Bei Verdacht (Reaktion an der Stichstelle, unklares Fieber) sofort Arzt aufsuchen.

HIV/AIDS: Tanzania zählt zu den Ländern mit der höchsten Durchseuchung: Die Zahl der HIV-Infizierten wird auf mehrere Millionen geschätzt. Bisher sind 130.386 AIDS-Kranke gemeldet. Sexuelle Kontakte mit unbekanntem Partnern sollten gemieden werden.

Allgemeine Hinweise

Medizinische Versorgung: Landesweit ist mit Engpässen und Mängeln bei der ärztlichen und medikamentösen Versorgung zu rechnen. Adäquate Ausstattung der **Reiseapotheke** (Zollbestimmungen beachten, Begleitattest ratsam), **Auslandskrankenversicherung** mit Abdeckung des Rettungsrückflug-Risikos für Notfälle dringend empfohlen.

Botschaften

Für Deutschland zuständige Vertretung:

- **Botschaft**
Eschenallee 11, 14050 Berlin
Tel.: 030 - 3 03 08 00
Fax: 030 - 30 30 80 20
URL: <http://www.tanzania-gov.de>

Deutsche Vertretung:

- **Botschaft der Bundesrepublik Deutschland**

Umoja House, Mirambo Street/Garden Ave., 2nd Floor, Daressalam

Tel.: 00255 22 - 211 74 09 - 15

Fax: 00255 22 - 211 29 44

E-Mail: info@daressalam.diplo.de

URL: <http://www.daressalam.diplo.de>

(Quelle: [Auswärtiges Amt der Bundesrepublik Deutschland](#))

Nicht vergessen: Auslandskrankenversicherung

Für die private Auslandsreise empfehlen wir Ihnen, grundsätzlich eine Auslandsreise-Krankenversicherung abzuschließen. Auch in Ländern mit Sozialversicherungsabkommen sind für bestimmte Leistungen zum Teil erhebliche Eigenanteile zu zahlen.

Hinzu kommt, dass die Kosten für einen krankheits- oder unfallbedingten Rücktransport nach Deutschland nur durch eine private Auslandsreise-Krankenversicherung abgedeckt werden. Von der gesetzlichen Krankenversicherung werden Rückführungskosten nicht erstattet.

Die Auslandskrankenversicherung sollte nach Möglichkeit Beistandsleistungen beinhalten. Dies bedeutet, dass Sie im Krankheitsfall über eine Notrufnummer administrative und bei Bedarf auch ärztliche Unterstützung durch die Krankenversicherung erhalten.

Den reisemedizinischen Ratgeber zum Thema "Krankenversicherung für Auslandsreisen" können Sie hier herunterladen (PDF).

Gesundheitsakten auf Reisen

Trotz optimaler Vorbereitung und Beratung im Vorfeld einer Reise durch erfahrene Reisemediziner kann unterwegs sowohl im Inland als auch im Ausland jederzeit ein plötzliches Gesundheitsproblem in Form einer Krankheit oder eines Unfalls auftreten.

Der schnelle Abruf bzw. das Vorliegen verlässlicher Informationen über Ihren Gesundheitszustand können in solchen Fällen lebensrettend sein. Die CRM travel.CARD ermöglicht Ärzten im Notfall Ihre persönlichen, medizinischen Daten einzusehen.

Ihre persönliche Gesundheitsakte enthält wichtige Informationen über vorliegende Krankheiten, Allergien, eingenommene Medikamente und Kontaktdaten Ihrer behandelnden Ärzte.

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt und Apotheker im Rahmen einer reisemedizinischen Beratung zur CRM travel.CARD informieren.

Die Angaben in diesem Informationssystem wurden nach bestem Wissen und sorgfältiger Recherche zusammengestellt. Eine Gewähr oder Haftung kann nicht übernommen werden.

© Inhalte: Centrum für Reisemedizin 2012