

Richtig reisen und gesund bleiben



Denise Pajank, UNIQA Medizinerin

Credit: UNIQA

Fotograf: Gregor Bitschnau

Wien (OTS) -

~

- * Vor der Reise im Bedarfsfall zum Arzt gehen
- * Während der Reise vernünftig verhalten
- * Nach der Reise auf Signale des Körpers achten

~

Der Sommer und die Hauptreisezeit stehen vor der Türe. Über 36 Prozent der Urlaubsreisen von Herr und Frau Österreicher finden in den Monaten Juli und August statt und insgesamt gehen übers Jahr gerechnet 5,6 Millionen Reisen ins Ausland, so die Statistik Austria in ihrer jüngsten Erhebung. „Mit der richtigen Vorbereitung kann man viele Risiken ausschließen und sichergehen, dass der Urlaub wirklich meiner Erholung dient“, so UNIQA Medizinerin Dr. Denise Pajank.

Zwtl.: Vor der Reise im Bedarfsfall zum Arzt

Es empfiehlt sich immer vor einer längeren Auslands- oder Urlaubsreise den Arzt aufzusuchen, um sicher zu gehen, dass bei den Grundimpfungen noch der Schutz gegeben ist: also Tetanus-, Hepatitis-, Polio- und Zeckenimpfung. „Mit dem Hausarzt sollte man auch besprechen, in welches Land man reisen wird“, empfiehlt Pajank. „In gewissen Risikoländern braucht man noch spezielle Impfungen oder auch eine Malariaprävention.“ Zudem weiß der Hausarzt auch, welche Medikamente in meine Reiseapotheke gehören. Bei ausgefallenen Destinationen ist sogar eine Konsultation im Tropeninstitut angeraten. Bei bestehenden Erkrankungen empfiehlt sich generell eine

Flug- und Reisetauglichkeitsuntersuchung.

Zwtl.: Die Vernunft fährt immer mit

Richtiges und vernünftiges Verhalten in den Urlaubsländern reduziert die Gefahren einer Erkrankung. Wobei es für Kluburlaube in Europa natürlich ganz andere Empfehlungen gibt als für eine Individualreise in ausgefallene Destinationen, denn in diesen Ländern lauern ganz andere Gefahren: „Für Reisen nach Afrika, Südostasien, Mittel- und Südamerika ist zum Beispiel an Malaria zu denken oder an Gelbfieber“ erklärt die UNIQA Medizinerin Pajank.

Generell soll man in Ländern, die nicht dem hygienischen Standard Österreichs entsprechen auf street food verzichten, Getränke nur aus geschlossenen Flaschen trinken, Eiswürfel vermeiden, nur gekochtes Essen konsumieren und vor dem Essen die Hände gründlich waschen oder sogar desinfizieren. Unabhängig vom Essen muss man auf empfindliche Körperstellen besonders achten: Haut, Kopf und Augen sind vor zu starker Hitze- und Sonnenexposition oder Insektenstichen zu schützen.

Zwtl.: Symptome ernst nehmen

Treten nach der Heimkehr erste Krankheitssymptome auf, also anhaltendes Fieber oder wiederkehrende Fieberschübe, hartnäckiger und vor allem blutiger Durchfall, Gliederschmerzen oder Abgeschlagenheit, die nicht nur von einem Jetlag herrühren, ist die rasche Konsultation eines Arztes dringend geraten.

Zwtl.: Reisekrankenversicherung

Mit dem „Reiseversicherung Rundumschutz“ von UNIQA kann man sich kostengünstig absichern, falls man im Urlaub trotz aller Vorsichtsmaßnahmen doch von einer Erkrankung erwischt wird. Alle Informationen und Möglichkeiten zum Abschluss gibt es unter [www.uniqa.at] (<http://www.uniqa.at>) . Beispiel: Eine Versicherung für einen zweiwöchigen Urlaub im Wert von 2.000 Euro in Europa kostet für einen 30-Jährigen 29,50 Euro.

Zwtl.: Das Medizinische Kompetenzzentrum von UNIQA Österreich

Für UNIQA Kunden gibt es ein besonderes Service. Ein Team von mehr als 15 Allgemeinmedizinerinnen und Fachärzten steht UNIQA Krankenversicherungskunden zur Verfügung und beantwortet Fragen zu

medizinischen Themen. UNIQA Krankenversicherungskunden erfahren im medizinischen Kompetenzzentrum persönliche Beratung, bekommen Empfehlungen zu Gesundheitsfragen, Kontakte zu Spezialisten und vor allem erhalten sie einen fundierten ärztlichen Ratschlag. Zu den häufigsten Fragen zählen Ärzteempfehlungen etwa vor Operationen oder wenn ein Facharzt benötigt wird. UNIQA Österreich ist mit einem Marktanteil von 47 Prozent der größte Gesundheitsversicherer Österreichs.

Bild(er) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM / Originalbild-Service sowie im OTS-Bildarchiv unter <http://bild.ots.at>

~

Rückfragehinweis:

Gregor Bitschnau
UNIQA Insurance Group AG
Pressesprecher
Telefon: +43 1 21175 3440
E-Mail: gregor.bitschnau@uniqa.at
www.uniqagroup.com

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/220/aom>

*** TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT ***

TPT0005 2017-06-29/11:24

291124 Jun 17

Link zur Aussendung:

https://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20170629_TPT0005