

PKA-FORTBILDUNG

Mitmachen und punkten!

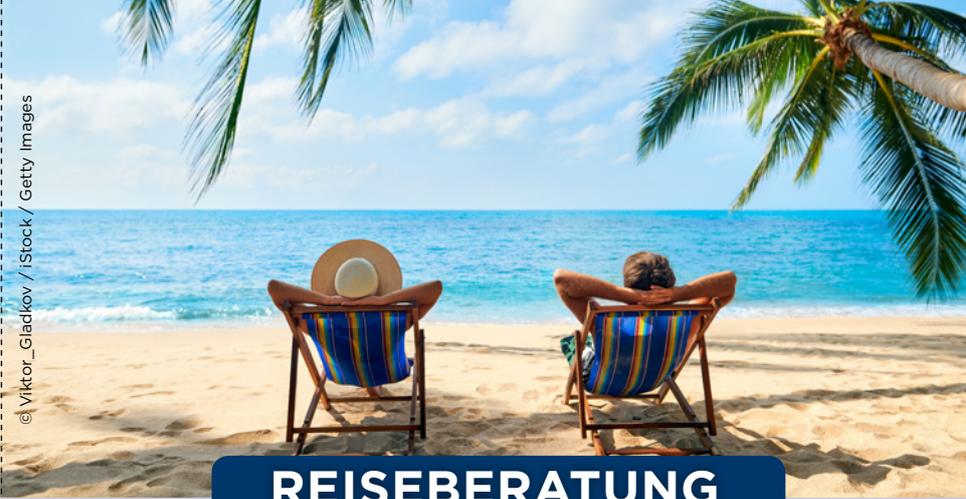
	A	B	C
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einsendeschluss ist der
30. Juni 2023.

DIE PTA IN DER APOTHEKE
Stichwort: »Reiseberatung«
Postfach 57 09
65047 Wiesbaden

Oder klicken Sie sich bei
www.diepta.de
in die Rubrik Fortbildung.
Die Auflösung finden Sie dort
im übernächsten Monat.

Unleserlich, uneindeutig oder unvollständig ausgefüllte Fragebögen können leider nicht in die Bewertung einfließen, ebenso Einsendungen ohne frankierten/adressierten Rückumschlag.



© Viktor_Glackov / iStock / Getty Images

REISEBERATUNG

In dieser Ausgabe von DIE PTA IN DER APOTHEKE 05/2023 sind zum Thema zehn Fragen zu beantworten. Lesen Sie den Artikel, kreuzen Sie die Buchstaben der korrekten Antwort im nebenstehenden Kasten an und schicken Sie diesen Antwortbogen zusammen mit einem adressierten und frankierten Rückumschlag an unten stehende Adresse.

Oder Sie klicken sich bei www.diepta.de in die Rubrik Fortbildung und beantworten den Fragebogen online. Wer mindestens acht Fragen richtig beantwortet hat, erhält in der Kategorie 7 (Bearbeitung von Lektionen) einen Fortbildungspunkt. Die Fortbildung ist durch die Bundesapothekerkammer unter BAK/FB/2022/608 akkreditiert und gilt für die Ausgabe 05/2023.

Mit der Teilnahme an der Fortbildung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Antworten und Kontaktdaten elektronisch erfasst und gespeichert werden. Der Verlag erhält die Erlaubnis, die Daten zur Auswertung zu nutzen. Der Verlag versichert, dass sämtliche Daten ausschließlich im Rahmen der Fortbildung gespeichert und nicht zu Werbezwecken verwendet werden. Ebenfalls erfolgt keine Weitergabe an Dritte. Mein Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.



Ihr Fortbildungspunkt zum Thema

Datum

Stempel der Redaktion

ABSENDER

Name

Vorname

Beruf

Straße

PLZ/Ort

Ich versichere, alle Fragen selbstständig und ohne die Hilfe Dritter beantwortet zu haben.

Datum/Unterschrift

Es darf wieder gereist werden

Haben Sie und Ihre Kollegen Lust, Ihre Kunden vor einer Reise **gut zu beraten**? Dann gibt es für Sie nach über drei Jahren Pandemie jetzt wieder öfter die Gelegenheit. Auch als PKA können Sie einiges zu einer gelungenen Reise beitragen.

Für eine gute Beratung ist es wichtig, zu Beginn den Beratungsbedarf zu ermitteln: Handelt es sich um ein einzelnes, konkretes Thema, wie um Insektenschutz oder wird eine umfassende Beratung rund um die Reise gewünscht? Für diesen Fall ist es gut, einen Termin zu vereinbaren. Idealerweise findet der Termin mindestens zwei Monate vor Beginn der Reise statt, denn so können Impfungen noch geschlossen und Medikamente zur Prophylaxe möglicherweise noch besorgt werden. Als PKA dür-

ginnen. Für Ihre über 60-jährigen Kunden gehört inzwischen auch die Impfung gegen Gürtelrose zu den Standardimpfungen. Da diese oft schwer und vor allem sehr schmerzhaft verlaufende Krankheit eine Sekundärinfektion der von fast allen Erwachsenen durchgemachten Windpockeninfektion ist und auch durch Stress ausgelöst werden kann, können Sie Ihre Kunden dazu ermutigen, rechtzeitig mit ihrem Arzt über diese Impfung nachzudenken.

Auch über allgemeine Empfehlungen zu Reiseimpfungen für das jeweilige Reiseland können Sie sich vorab informieren, zum Beispiel auf der Homepage der Deutschen Gesellschaft für Tropenmedizin (dtg.org). Da diese Empfehlungen sehr umfangreich sein können, ist es stressfreier, wenn Sie sich den Impfpass vorher als Kopie oder Mail zukommen lassen. Dabei behalten Sie am leichtesten den Überblick, wenn Sie Ihre Kunden deutlich darauf hinweisen, dass sich in einem zugesendeten Dokument nur Unterlagen von jeweils einer Person befinden. Bei der Beratung vor Ort muss der Impfpass dann trotzdem mitgebracht werden, um Verwechslungen mit den Dokumenten von Mitreisenden zu vermeiden.

Sie dürfen aber keine Diagnosen stellen und sollten Ihren Kunden zusätzlich raten, rechtzeitig vor einer Fernreise einen Termin bei einem Arzt oder einer Ärztin zu vereinbaren. Besonders geeignet ist dafür ein Arzt oder eine Ärztin mit der Zusatzbezeichnung Reisemedizin. Das gilt vor allem für ältere Reisende, da diese häufig bereits einige Grunderkrankungen haben, die berücksichtigt werden müssen. Aber auch für gesunde Menschen ist die Rücksprache mit Reisemedizinern sinnvoll. Diese Fachmediziner werden Ihren Kunden im Zweifelsfall zu einem EKG (besonders bei Malaria-Prophylaxe) oder einem Lungenfunktionstest raten, um die Reisefähigkeit in bestimmte Gebiete zu beurteilen. Eine wie früher oft übliche Dosisanpassung von Impfstoffen ist bei älteren Menschen nach neuerem Wissensstand zwar nur noch sehr



LERNZIELE

In dieser Fortbildung von der Bundesapothekerkammer akkreditierten Fortbildung lernen Sie unter anderem:

- + dass Reiseberatung mehr als Impfberatung ist
- + Welche Rolle Reisestil, Region und Jahreszeit spielen
- + wo Sie und Ihre Kunden sich fundiert informieren können

fen Sie dabei den Impfpass Ihrer Kunden mit den aktuellen Empfehlungen für Standardimpfungen, wie zum Beispiel Polio, Diphtherie und Tetanus, der Ständige Impfkommission (STIKO) vergleichen und auf Lücken hinweisen. Liegen die letzten Impfungen schon sehr lange zurück oder ist gar eine Grundimmunisierung nicht richtig abgeschlossen, können Sie Ihre Kunden beruhigen: Inzwischen gilt fast immer, dass jede Impfung zählt. Reiselustige und natürlich auch alle, die zuhause bleiben, müssen also nicht erneut ganz von vorne be-

selten notwendig, aber die Immunoseneszenz – darunter versteht man das altersbedingte Nachlassen des Immunsystems – ist bei der Anzahl und den Abständen der jeweiligen Impfungen zu beachten. Ein verkürztes Impfschema, wie es die WHO aus Machbarkeitsgründen für große Bevölkerungsgruppen empfiehlt, ist ab einem Alter von 60 Jahren nicht mehr zu empfehlen.

Viele Reisewillige interessieren sich in letzter Zeit für die Bestimmung von Antikörpertitern, also der Antikörperkonzentration im Blut, um unnötige Auffrischungsimpfungen zu vermeiden. Diese sind aber nur bei sehr wenigen Impfstoffen wie zum Beispiel gegen Masern aussagekräftig. Bei den meisten anderen durch Impfungen verhütbaren Krankheiten bildet der Körper im Blut kaum noch messbare Antikörper, sondern speichert die erfolgte Immunantwort in Form von Memory-Cells (bestimmte Gedächtniszellen der weißen Blutkörperchen), die erst bei akutem Bedarf wieder Antikörper bilden. In Bezug auf die Kostenübernahme der Reiseimpfungen hat sich in den letzten Jahren einiges geändert:

diese Gefahr von Anfang an ernster und werden sich schneller um Hilfe oder um einen Ortswechsel kümmern. Auch wenn Ihre Kunden nur einen Strandurlaub planen, sind Hinweise in diesem Zusammenhang sinnvoll, da sich viele Menschen nach ein paar Tagen Erholung doch noch für Ausflüge in das Land zu interessieren beginnen, um Natur, Kultur und Menschen besser kennenzulernen.

Und der Reisetil? Für die Einschätzung der zu berücksichtigenden Risiken ist das ganz erheblich. Urlauber in komfortablen Hotelunterkünften mit Klimaanlage sind in mehrfacher Hinsicht weniger Gefahren ausgesetzt als Individualtouristen, die als Backpacker mit Rucksäcken unterwegs sind. So ist die Gefahr an Malaria zu erkranken in klimatisierten Räumen geringer, da die Anopheles-Mücken, die die Krankheit übertragen, in der kühleren Klimaanlage-Luft träger werden und seltener stechen. Bei Bagatellverletzungen kann in guten Hotels mit Desinfektionsmitteln und Verbandmaterial gerechnet werden, Individualtouristen

Erfragen Sie bei Beratung zu Malariaprophylaxe oder Meningokokken-Infektion, ob die Reise in der Regen- oder Trockenperiode stattfindet.

Die meisten gesetzlichen Krankenkassen zahlen die empfohlenen Impfungen nun zu 100 Prozent, denn ihnen ist bewusst geworden, dass sie dadurch die gesundheitlichen Gefahren und damit die Folgekosten minimieren. Das gleiche gilt übrigens auch für die Arzneimittel zur Malariaprophylaxe. In der Regel werden die Impfstoffe auf einem Privat Rezept verordnet und müssen zunächst vom Kunden bezahlt werden. Er kann das Rezept dann bei der Krankenkasse einreichen und erhält das Geld zurück.

Warum sind Region und Jahreszeit des Reise-landes wichtig? Innerhalb eines Landes kann es extrem unterschiedliche Klimazonen und damit Erkrankungsrisiken geben. So ist vielerorts in der Trockenzeit keine durchgehende Malariaprophylaxe notwendig, es reicht die Standby-Medikation. Genau andersherum verhält es sich bei Meningokokken-Infektionen. Diese werden in der Subsahara-Region vor allem in der Trockenzeit zur Gefahr, denn sie werden durch ausgetrocknete Schleimhäute extrem begünstigt.

Auch die Höhenlage ist entscheidend. Es lässt sich selbst bei gesunden, jungen Menschen nicht genau vorhersehen, wie sie auf einen Aufenthalt in Höhen über 3000 Metern reagieren werden. Wenn alle Mitreisenden mit der Möglichkeit einer auftretenden Höhenkrankheit rechnen, nehmen sie

sollten trotz begrenztem Gepäckvolumen unbedingt ein kleines Erste-Hilfe-Set mitnehmen.

Dazu können Sie folgende Tipps geben: Als Heftpflaster zum Fixieren von Kompressen oder Enden von Binden eignen sich besonders solche mit einem Polyacrylatkleber. Denn auf diesen Kleber reagieren nicht nur viel weniger Menschen allergisch als auf einen klassischen Zinkoxid-Kautschuk-Kleber, er ist auch weniger empfindlich gegenüber Temperaturschwankungen und in Kombination mit den passenden Trägermaterialien lässt sich das Heftpflaster ohne Schere einfach in der notwendigen Länge von Hand abreißen. Zur Versorgung kleinerer Wunden sind auch auf Reisen vorgefertigte Strips beliebt, am besten mit silberimprägnierten Wundkissen. Durch das Silber werden Wunden vor Infektionen geschützt und Ihre Kunden müssen weniger Desinfektionsmittel mitnehmen. Natürlich muss eine verschmutzte Wunde trotzdem vorher gesäubert werden. Dazu eignen sich kleine Ampullen mit Kochsalzlösung, falls in diesem Moment kein sauberes Trinkwasser vorhanden ist und erst abgekocht und wieder abgekühlt werden müsste. Sehr bewährt haben sich auch Kühlpads, die bei akutem Bedarf durch Knicken schnell aktiviert werden können. Dann sind Ihre Kunden bei ihren Unterkünften zum Kühlhalten nicht auf ein Gefrierfach angewiesen und auch für mehrtägige Ausflüge gut gewappnet. Vergessen Sie keinesfalls Kunden mit Migrationshinter-

Checkliste

Notieren Sie vorab diese Punkte, um an alle Themen bei Ihrem Beratungsgespräch zu denken:

- + Reiseland mit Region und Jahreszeit
- + Reisestil und geplante Aktivitäten
- + Adressen zur medizinischen Versorgung vor Ort
- + imprägniertes Moskitonetz zur Malariaprophylaxe und gegen andere Insekten
- + Stirnlampe für nächtliche Toilettengänge zur Verhinderung von Stürzen
- + Fieberthermometer
- + Auslandskrankenversicherung
- + Rückholversicherung

Gemeinsam mit dem pharmazeutischen Personal können Sie auch diese Punkte besprechen:

- + Standardimpfungen
- + Reiseimpfungen
- + Dauermedikamente
- + Reiseapotheke
- + Thromboseprophylaxe
- + weitere Krankheitsrisiken

grund, die ihren Urlaub in der alten Heimat verbringen, also Reisende zu „Friends and Relatives.“ Sie sind ganz besonders gefährdet. Im Gegensatz zu Rucksackreisenden, die ihre Ziele bewusst aussuchen und sich oft lange darauf vorbereiten, haben Heimreisende oft ein vermeintliches Gefühl der Sicherheit und dadurch ein mangelndes Gefahrenbewusstsein. Außerdem möchten Sie Ihren Verwandten nicht das Gefühl geben, dass sie Ihre Gastfreundschaft nicht zu schätzen wissen, indem sie angebotenes Essen ablehnen oder offensichtlich besondere Hygienemaßnahmen praktizieren. Als weiterer Risikofaktor kommt noch dazu, dass solche Reisen oft spontan erfolgen müssen, zum Beispiel, wenn ältere Familienmitglieder in der alten Heimat schwer erkrankt sind.

Vielen ist auch die Problematik des möglichen Verlustes einer Semi-Immunität nicht bekannt. Davon spricht man, wenn Menschen, die in ihren Herkunftsländern nach durchgemachten Krankheiten wie Malaria oder Dengue-Fieber eine gewisse Immunität erlangt haben, dann aber in andere Regionen der Welt umgesiedelt sind. Sie verlieren diese Immunität dort nach vielen Jahren wieder, weil der betreffende Erreger dort keine Rolle mehr spielt und sie damit nicht mehr in Berührung kommen. Bei einer Reise in die alte Heimat kann es dann zu schweren Infektionen kommen. Diese Zielgruppe fragt allerdings nur selten nach einer Beratung. Hier sollten Sie Ihre Tipps nur mit Finger-

spitzengefühl geben und zeigen, dass Sie bei Bedarf gerne weitergehend zur Verfügung stehen.

Ausreichend Vorrat einplanen Für die Dauermedikamente Ihrer Kunden gilt, dass sie sich rechtzeitig einen Bedarf verschreiben lassen, der die nötige Menge um mindestens ein Drittel übersteigt und am besten verdoppelt. Denn durch die zunehmenden Flugausfälle oder Corona-Beschränkungen können Reisen schnell länger dauern als geplant. Die Dauermedikamente müssen ins Handgepäck, falls ein Koffer verloren geht und weil im Laderaum die Temperatur stark abgekühlt werden kann, was sich schlecht auf temperaturempfindliche Arzneimittel auswirkt.

Für das Mitführen bestimmter Medikamente wie Betäubungsmittel müssen sich Ihre Kunden ein ärztliches Attest ausstellen lassen. Dabei gelten auch die Regeln des Einreiselandes. Sehr zu empfehlen ist dafür die Homepage des Auswärtigen Amtes. Auf diese können Sie und Ihre Kunden tagesaktuelle Regelungen nachlesen, so fordern in letzter Zeit viele Länder vor der Einreise von Langzeiturlaubern mit einer Reise von über vier Wochen eine aktuelle Polio-Auffrischimpfung. Diese sind durch Rückmutationen des Polio-Virus und Verbreitung nach oralen Impfungen („Schluckimpfung“) wieder notwendig.

Beenden Sie Ihre Reiseberatung am besten mit einem motivierenden Thema: Wenn Sie dabei an eine geplante Aktivität anknüpfen, können Sie zum Beispiel bei einer geplanten Trekkingtour humorvoll an das Mitnehmen von Elektrolyten erinnern. Auch ein passendes Give-Away in Form von Sonnenschutzpröbchen, die ins Handgepäck passen, kommt immer gut an. ■

*Ute Kropp,
Apothekerin und PKA-Lehrerin*



Die Autorin versichert, dass keine Interessenkonflikte im Sinne von finanziellen oder persönlichen Beziehungen zu Dritten bestehen, die von den Inhalten dieser Fortbildung positiv oder negativ betroffen sein könnten.



PKA-FORTBILDUNG

1. Welche Aussage zu Standardimpfungen trifft zu?

- A. Standardimpfungen sind für Reisende weniger wichtig als Reiseimpfungen.
- B. Viele Länder verlangen für Langzeiturlauber eine aktuelle Polio-Auffrischung.
- C. Die Impfung gegen Tetanus ist keine der von der STIKO empfohlenen Standardimpfungen.

2. Warum sollten Sie besonders älteren Menschen raten, sich zusätzlich von Reisemedizinern beraten zu lassen?

- A. Für ältere Menschen ist ein verkürztes Impfschema notwendig.
- B. Im Alter lässt die Nierenfunktion nach, dadurch muss die Dosis von Impfstoffen angepasst werden.
- C. Durch Immunoseneszenz im Alter müssen Abstände und Anzahl der Impfungen genau beachtet werden.

3. Die Bestimmung der Antikörperkonzentration gegen bestimmte Erreger von tropischen Krankheiten ...

- A. ... ist nur für wenige Erreger möglich und sinnvoll.
- B. ... ist immer dann sinnvoll, wenn die letzte Impfung länger als zehn Jahre zurückliegt.
- C. ... ist zwar teuer, schützt aber in vielen Fällen vor überflüssigen Impfungen.

4. Wie kann vor einer Reise in Regionen mit über 3000 Meter Höhe sicher getestet werden, ob dies gut vertragen wird?

- A. Durch einen Lungenfunktionstest
- B. Leider kann dies kein ärztlicher Test sicher voraussagen.
- C. Nur durch einen Lungenfunktionstest und ein EKG zu selben Zeit.

5. Warum spielt es eine Rolle, ob an einem tropischen Urlaubsziel Trocken- oder Regenzeit herrscht?

- A. Während der Regenzeit ist für alle Infektionskrankheiten die Ansteckungsgefahr am höchsten.
- B. Während der Trockenzeit ist die Gefahr für eine Meningokokkeninfektion geringer.
- C. Während der Trockenzeit ist die Gefahr für eine Malariainfektion geringer.

6. Welche Aussage trifft für „Friends-and-Relatives“-Reisen zu? Die Reisenden ...

- A. Die Reisenden haben eine natürliche Immunität gegen Infektionen in ihrer alten Heimat.
- B. Sie sind sich der örtlichen Gefahren meistens nicht bewusst.
- C. Sie wohnen oft bei Verwandten oder Freunden, dort sind sie sicher vor Infektionen.

7. Was trifft auf Malariainfektionen nicht zu?

- A. Eine durchgemachte Infektion schützt zuverlässig vor Neuinfektionen.
- B. In der Trockenzeit reicht oftmals eine Standby-Prophylaxe.
- C. Ein imprägniertes Moskitonetz ist ein sinnvoller Schutz vor Infektionen.

8. Welche Ratschläge geben Sie Ihren Kunden zu deren Dauermedikation?

- A. Nehmen Sie mindestens die doppelte der notwendigen Menge mit.
- B. Besorgen Sie sich schlecht lieferbare Medikamente besser vor Ort, denn dort sind sie meistens auch noch günstiger.
- C. Da das Handgepäck durchleuchtet wird, sollten Sie alle Vorräte im Koffer transportieren.

9. Was bedeutet Semi-Immunität?

- A. Bei einigen Erkrankungen besteht nach durchgemachter Krankheit für einige Jahre ein gewisser Schutz vor Neuinfektionen, danach lässt er nach.
- B. Bei nicht korrekter Grundimmunisierung besteht nur eine 50 prozentige Immunität.
- C. Fünf bis zehn Jahre nach der letzten Auffrischungsimpfung halbiert sich die Immunität.

10. Welche Versicherungen sollten Sie Reisenden aus gesundheitlichen Gründen empfehlen?

- A. Auslandskrankenversicherung und Gepäckversicherung
- B. Rücktransportversicherung und Auslandskrankenversicherung
- C. Haftpflichtversicherung und Rücktransportversicherung