

Lächeln an jeder Ecke

Über 17 000 Inseln, Strände, Vulkane, Reisfelder, Seen und eines der besten Tauchgebiete der Welt – wer durch **Indonesien** reist, wird eines sehr bald merken: Hier wird es einem nicht so schnell langweilig.



© chrisinthal / iStock / Thinkstock

Indonesien ist mit seinen etwa 240 Millionen Einwohnern das viertgrößte Land der Welt. Durch seine geografische Aufteilung besticht das Land mit seiner Vielseitigkeit, denn die vielen Inseln haben sich unabhängig voneinander entwickelt. Auch die kulturellen Eigenheiten und manchmal sogar die Sprache sind unterschiedlich. Lange

Zeit weitestgehend touristisch unberührt, liegt Indonesien mit seiner Hauptstadt Jakarta auf der Insel Java immer mehr im Trend. Hier leben rund 9,6 Millionen Einwohner. Bekannt dürfte vielen Touristen auch die Insel Bali sein. Auch Insel der Götter genannt, ist sie ein Paradies für Surfer. Vor allem am Strand von Kuta treffen sich erfahrene Wellenrei-

ter, aber auch Anfänger, um hier die perfekte Welle zu erwischen.

Bitte mit rechts Man kann sich in einem fremden Land schon mal leicht wie der Elefant im Porzellanladen benehmen. Um solche Unannehmlichkeiten zu vermeiden, ist es sinnvoll, sich vorab etwas mit der Kultur zu befassen. Indonesier sind

sehr freundlich, aufgeschlossen und hilfsbereit. In Indonesien gibt man sich zur Begrüßung immer die rechte Hand, denn die linke Hand gilt als unrein. Außerdem sollten Sie es vermeiden, mit dem Finger auf Menschen zu zeigen, denn dies wird in Indonesien als Herausforderung verstanden. Wollen Sie dennoch gern auf etwas zeigen, nehmen Sie dafür den Daumen ihrer rechten Hand. Der Kopf ist für Indonesier der heiligste Ort. Daher sollte man es auf jeden Fall vermeiden, die Köpfe der Einheimischen zu berühren, auch die der Kinder sind tabu.

Kleidung, aber welche? Das Klima ist tropisch und feucht, daher ist für Touristen luftige und leichte Kleidung immer eine gute Wahl. Da Indonesien der Staat mit der weltweit größten muslimischen Bevölkerung ist, sollte man auf einen zu freizügigen Dress verzichten. Außerhalb der Touristengebiete ist darauf zu achten, dass Frauen Knie und Schultern bedecken. Vor dem Betreten von Tempeln oder Moscheen werden die Schuhe ausgezogen. Bei Frauen müssen Arme und Beine bedeckt sein, das gilt auch für Touristen. Gläubige Einheimische nehmen dafür den sogenannten Sarong, eine Art Wickelrock aus Stoff. Diesen gibt es in der Regel für Touristen vor dem Tempel meist unentgeltlich zum Ausleihen. Im Tempel selbst sollte darauf geachtet werden, Priester und Betende nicht zu stören und sich bei Zeremonien höflich und respektvoll zu verhalten.

Aber es gibt auch Gründe, weswegen man als Tourist einen Tempel nicht betreten darf. Darunter fallen Menstruation, geistige und psychische Krankheit, Trauer und das Vorhandensein offener Wunden.

Pünktlichkeit ist unhöflich Wir Deutschen lieben die Pünktlichkeit. Anders ist das in Indonesien. Hier wird es gerne gesehen, wenn man etwas später kommt. Circa 30 Minuten sind vollkommen ok. Pünktlich hingegen wird als unhöflich empfunden.

den. Bevor man das Haus betritt, sollte man die Schuhe ausziehen und es vermeiden, auf die Türschwelle zu treten, denn das bringt Unglück über das Haus. Es wird gerne gesehen, wenn man ein kleines Gastgeschenk dabei hat, das man, wie wir bereits erfahren haben, mit der rechten Hand übergibt. Die linke darf höchstens unterstützend wirken. Wurde man eingeladen, beginnt man erst dann mit dem Essen, wenn der Gastgeber das Startzeichen gegeben hat.

nesien besteht ebenfalls ganzjährig, wobei es regional große Unterschiede gibt und manche Großstädte, wie beispielsweise Bali, als malariefrei eingestuft werden. Die Erkrankung wird von der nachtaktiven Anopheles-Mücke übertragen und kann auch erst Wochen oder Monate nach dem Aufenthalt ausbrechen. Typische Beschwerden sind Kopf- und Gliederschmerzen, Schüttelfrost und Fieber. Anders als beim Dengue-Fieber besteht bei Malaria

VORSICHT BEIM FOTOGRAFIEREN

Bevor man, wie für viele im Urlaub gewohnt, die Kamera auspackt um Bilder zu machen, sollte man vorher um Erlaubnis fragen. Auch in Tempelanlagen sollte man nicht ohne weiteres auf den Auslöseknopf drücken. Am besten immer vorher fragen.

Richtig vorbeugen Wenn man sich für das Reiseziel Indonesien entschieden hat, ist es wichtig, sich vorab mit den gesundheitlichen Risiken und medizinischen Gegebenheiten vor Ort auseinanderzusetzen. Zunächst einmal stellt sich die Frage: Gegen welche Krankheiten sollte man geimpft sein? Wirft man einen Blick in die Impfpfehlungen des Auswärtigen Amtes ist die Liste schon ziemlich lang. Neben den Standardimpfungen gemäß dem aktuellen Impfkalender des Robert Koch-Institutes wird die Impfung gegen Hepatitis A und B, Tollwut, Typhus und Japanische Encephalitis empfohlen.

Auch das Dengue-Fieber, das von tagaktiven Mücken übertragen wird, kommt öfter vor. Das Risiko besteht das ganze Jahr, vor allem natürlich während der Regenzeit. Da es keine Impfungen gibt, sollte man sich durch andere Maßnahmen, wie beispielsweise helle Kleidung und die Verwendung von Repellents versuchen zu schützen. Ähnlich verhält es sich mit Malaria. Das Risiko in Indo-

die Möglichkeit der Chemoprophylaxe durch die Einnahme von Tabletten. Hier stehen verschreibungspflichtige Medikamente wie Chloroquin, Proguanil, Atovaquon/Proguanil, Artemether/Lumefantrine oder Doxycyclin (bei uns nur off-label-use, wenn die anderen Substanzen kontraindiziert sind) auf dem deutschen Markt zur Verfügung. Eine einhundertprozentige Sicherheit gibt es allerdings nicht. Auch gilt es, sich zusätzlich mit Moskitonetz, heller Kleidung und Repellents auszustatten.

Also am besten gleich den Impfpass rausholen und einen Termin beim Hausarzt oder Tropenmediziner machen. ■

*Nadine Hofmann,
Redaktion*