

Reizen en vaccinaties

De wereld is een dorp geworden en exotische reisbestemmingen heel gewoon. Om gezondheidsrisico's op reis te beperken begin je best tijdig aan de voorbereiding (een 6-tal weken voor vertrek) maar zelfs bij een afreis hals over kop kan een bezoek aan arts en apotheker nog het verschil maken. Zij helpen je graag met een risico-analyse van je reis. Malariapreventie en een geschikte reisapothek krijgen alle aandacht en ook over vaccinaties, belangrijk wapen tegen allerlei infectieziekten, kom je alles te weten.

Door overheden verplichte vaccinaties: gele koorts voor verschillende Afrikaanse en sommige Latijns-Amerikaanse landen. Hiervoor moet je minstens 10 dagen voor vertrek naar een erkend centrum. Vaccinatie blijft 10 jaar geldig. Inenting tegen meningitis (type ACWY) is enkel verplicht voor bedevaarders naar Mekka maar kan nuttig zijn voor bepaalde Afrikaanse landen (gelegen in de "meningitisgordel"), vooral van december tot juni. Sommige landen in Afrika eisen vaccinatie tegen cholera, hoewel hygiënische preventiemaatregelen hier in principe zouden volstaan.

Ten zeerste aanbevolen vaccinaties: hun toediening dient afgewogen. Het vaccin tegen hepatitis A b.v. is zeker aan te raden. Het virus wordt immers via voedsel en contact met uitwerpselen overgedragen en komt relatief veel voor. Zo flakkeren infectiehaarden in eigen land op door onbeschermd reizigers die het virus importeren en onbewust hun omgeving aansteken. Het vaccin is zeer performant en geeft, zelfs vlak voor afreis, nog een hoog beschermingsniveau. Een 2^{de} prik na 6 tot 12 maanden geeft levenslange bescherming.

Hepatitis B wordt overgedragen via bloed en seksuele contacten. In 10% van de gevallen evolueert dit naar een chronische vorm die kan uitmonden in cirrose of kanker. Vaccinatie bestaat uit 3 inspuitingen (0-1-6 maand). Er

bestaat ook een combinatievaccin hepatitis A+B. Avontuurlijke reizigers naar zones met gebrekkige hygiëne in Azië, Afrika en Zuid-Amerika kunnen zich beschermen tegen buiktyfus. 1 injectie 2 weken voor vertrek volstaat (rappel elke 3 jaar).

Tekencefalitis is een virale hersenvliesontsteking die wordt overgebracht door teken, vooral in bosrijke gebieden van Centraal Europa. Preventie kan door 3 injecties (0-1-3 en 9-12 maand).

Een reis is tevens het ideale tijdstip om ook de basisvaccinaties nog eens na te kijken.

Tetanus: 1 prik om de 10 jaar is nodig om beschermd te blijven. Indien laatste injectie langer dan 20 jaar geleden, 2 injecties met interval van 6 maanden. Een volledig schema vereist 3 spuitjes.

Difterie: zoals bij tetanus en meestal samen toegediend. Let op: difterie is dodelijk in 5 à 10% van de gevallen.

Polio: in België verplicht ; geeft levenslange bescherming. Soms wordt een herhalings-vaccin aangeraden voor reizen naar landen in Azië en Afrika .

Mazelen: Sinds 1985 systematisch toegediend in België. Wie echter niet gevaccineerd werd en de ziekte zelf niet heeft doorgemaakt loopt een reëel infectierisico in tropische landen. - Uw Braxburgapotheker

NOG ENKELE WEETJES

- Vaccins in de koelkast bewaren tussen 2 en 8°C maar NIET in de diepvries.
- Behalve gele koorts en mazelen mogen al deze vaccins voor zwangere vrouwen.
- Sommige ziekenfondsen voorzien tussenkomst in reisvaccinaties. Informeer even.
- Vraag gerust verder advies. Niet alles kwam misschien aan bod in dit artikel.