

Gesundheit

Sonntag, 21. Januar 2007

In der Bevölkerung häufig vorkommende Krankheiten sind Tuberkulose und Kinderlähmung. Impfungen gegen diese Infektionskrankheiten sollten ebenso eingeplant werden wie eine Auffrischung des Tetanusschutzes. Gegen Hepatitis A empfiehlt sich auch und gerade für Reisen in Nordafrika eine aktive Impfung. Näheres erfragt man beim Tropeninstitut. Der Einkauf von Medikamenten ist überall relativ günstig und problemlos in den Apotheken möglich. Wasser sollte am besten nur in Mineralwasserflaschen gekauft oder direkt aus Quellen im Hochgebirge gezapft werden. Im Winter kann man unserer Erfahrung nach auch Leitungswasser verwenden. Ist die Quelle dubios, dann bitte filtern und/oder desinfizieren. Für Obst und Gemüse gilt: cook it, peal it or forget it.