



## Grippe A(H1N1)

### Empfehlungen für Reisende

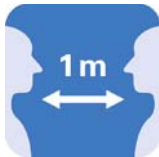
Die Grippe A(H1N1) breitet sich zurzeit in verschiedenen Regionen der Welt aus. Mit der steigenden Zahl von Patientinnen und Patienten und betroffenen Regionen erhöht sich auch das Risiko, dass Reisende mit dem Grippevirus A(H1N1) in Kontakt kommen und erkranken. Von Reisen in Länder oder Regionen, in denen Grippefälle aufgetreten sind, wird nicht abgeraten. Es gilt jedoch, sich vor einer Ansteckung durch die Grippe A(H1N1) zu schützen und falls es doch zu einer Ansteckung kommt, das Virus nicht weiterzuverbreiten. Das Bundesamt für Gesundheit empfiehlt deshalb Reisenden in Regionen mit erhöhtem Expositionsrisiko, folgende Vorsichtsmassnahmen zu beachten:



Die Hände regelmässig und gründlich mit Wasser und Seife waschen sowie Händeschütteln vermeiden.



Beim Husten oder Niesen Mund und Nase mit einem Taschentuch oder dem Ellenbogen bedecken.



Sich falls möglich von Personen mit Grippe-symptomen fernhalten (bzw. einen Abstand von mindestens 1 Meter einhalten). Bei der Begrüssung auf Umarmungen, Küsschen und das Händeschütteln verzichten.



Die lokalen Empfehlungen zum Gebrauch von Hygienemasken befolgen. Die Masken (chirurgische Masken vom Typ II bzw. Typ IIR) sind sicherheitshalber aus der Schweiz mitzuführen, da vor Ort ein Mangel auftreten könnte.

Zudem wird empfohlen, vor Ort die Medienberichte aufmerksam zu verfolgen und den örtlichen Empfehlungen der Gesundheitsbehörden Folge zu leisten. Im Fall einer Grippeerkrankung während der Reise sind die lokalen Gesundheitseinrichtungen vor Ort zu kontaktieren. Im Weiteren empfiehlt das BAG Personen mit Grippe-symptomen, ihre An- oder Rückreise aufzuschieben, um eine Ansteckung weiterer Personen zu vermeiden.

#### Empfehlungen für Reiserückkehrende oder Touristen aus Regionen mit erhöhtem

**Expositionsrisiko:** Alle Personen, die innert 0-7 Tagen nach der Einreise in die Schweiz Grippe-symptome aufweisen, sind aufgerufen, telefonisch einen Arzt/eine Ärztin zu kontaktieren. Dies gilt insbesondere für Personen, die schwere Symptome aufweisen oder an einer chronischen Krankheit leiden sowie für schwangere Frauen und Kleinkinder. Dabei soll der Arzt/die Ärztin über die Symptome, die Reiseroute und vorbestehende Erkrankungen informiert werden. Es ist wichtig, dass alle Personen mit Grippe-symptomen zu Hause oder im Hotelzimmer bleiben, um die Krankheit nicht zu verschleppen.

**Regionen mit erhöhtem Expositionsrisiko (Stand 09.07.2009):** Nord-, Süd- und Zentralamerika, Karibik, Australien, Neuseeland, Thailand, Singapur, Grossbritannien, Spanien. Es könnten in Zukunft aber mehr Regionen von der Grippe betroffen sein. Aktuelle Informationen hierzu sind auf [www.pandemia.ch](http://www.pandemia.ch) oder über die Hotline des BAG 031 322 21 00 erhältlich.