

Urlaub

Wussten Sie, dass auch der Zweck des Urlaubs gesetzlich geregelt ist. Im Bundesurlaubsgesetz (kein Witz, das Gesetz gibt es wirklich) steht folgendes: Der Urlaubszweck ist die Erholung und Freizeitgestaltung. Ein Arbeitnehmer darf danach keine Erwerbstätigkeit ausüben, die dem Urlaubszweck widerspricht. Er soll ja erholt aus seinem Urlaub kommen. Interessanterweise darf der Arbeitgeber aber gegen Überlebenstraining im südamerikanischen Amazonasgebiet nichts einwenden, das läuft nämlich unter Freizeitgestaltung. Nach einer aktuellen Studie kommen 70 % der Urlauber krank aus selbigem zurück und müssen sich erst mal vom Urlaub erholen, bevor sie wieder arbeitsfähig sind. Dazu muss man gar nicht mal in den Dschungel, das Allgäu reicht schon, jedes Jahr brechen da sich eine ganze Reihe von Urlaubern irgendwelche Knochen oder schlimmeres.

Noch härter wird es bei den Fernreisen, ich komme gerade aus Mexico zurück. Vom Risiko auf Montezumas Rache einmal abgesehen, was meist nur an der ungewohnten Kost und nicht an Vibrio cholerae liegt, sind Auffrischungen der Impfungen gegen Polio, Tetanus und Diphtherie dringend zu empfehlen, der Rucksacktourist sollte an Tollwut denken und zumindest das Hauptreiseziel Yucatan ist das Grenzgebiet für Malaria. Empfohlen wird derzeit die standby Mitnahme von Resochin, falls man es vor Ort kriegt, gegen eine Malariaphylaxe spricht aber auch nichts, wenn man in Palenque die Maya-Ruinen ansehen will. Soweit so gut. Neben der Neurochirurgie habe ich hobbymäßig noch eine Sprechstunde für Höhentrekking und Reisemedizin. Der absolute Hit bei dem midlife crisis gebeutelten Mittvierziger ist derzeit der Kilimandjaro.

Die Internetanbieter suggerieren nämlich, dass man hier problemlos auf einen 6.000er kommt.

Auszug aus der Werbung von Tansania adventure:

Diese Route ist die einfachste Strecke, um den Gipfel des Kilimandscharo zu erreichen. Sie ist nicht sonderlich steil, und damit einfach zu bewältigen. Eine Notfall-Evakuierung ist möglich. Außerdem gibt es nur auf diesem Trail Hütten als Unterkunft, mit Schlafsälen und Essensräumen. Das ganze kostet für 1 Woche 1.400 US-\$. Das schafft man doch, trotz beginnendem Weissbierspoiler und Seitenaufprallschutz an den Hüften, weil man ja vor 25 Jahren aktiv Fussball in der C-Klasse gespielt hat, und jetzt noch alle 2 Wochen sein Ränzle mit dem ehemaligen Mittelstürmer seiner Mannschaft für 45 min über den Tennisplatz wuchtet.

Der Weg ist zugegebenermaßen nicht schwer, wenn er sich in einem deutschen Mittelgebirge befinden würde. Aber ab 4.000 m hat man schon ein ziemlich hohes Risiko für ein Höhenhirn- oder Lungenödem, weil man sich in 7 Tagen einfach nicht akklimatisieren kann. Zum Glück gibt es ja Medikamente, Diamox senkt das Risiko für ein Hirnödem enorm und PDE 5 Hemmer wie Sildafenil können mal wieder in ihrer ursprünglichen Indikation zur Behandlung der Rechtsherz- Hypertonie zum Einsatz kommen. Und der zukünftige Höhenbergsteiger freut sich auch noch, Sildafenil (Handelsname Viagra) zu bekommen. Der erste Dämpfer ist dann, dass das Zeug bei der Dauereinnahme ziemliche Nebenwirkungen hat. Zu nennen sind Kopfschmerzen, Hautrötung mit Hitzegefühl, Sehstörungen, Völlegefühl, Sodbrennen, Oberbauchschmerzen und Übelkeit.

Und der Gipfelsturm mit einem schmerzhaften Priapismus ist sicherlich auch nicht das Bergerlebnis per se. Deswegen bekommen die Reinhold Messners statt dessen Nifedipine, das hilft genauso. Wenn man es mit Hilfe der Sherpas dann tatsächlich bis nach oben geschafft hat, gönnt man sich im Anschluss 1 Woche Ngorongoro oder Serengeti. Da kriegt man dann die unschöne Version der Malaria, die afrikanischen Plasmodien sind nämlich ziemlich resistent, Gelbfieber kann man auch bekommen, wenn man nicht geimpft ist, 80 % sterben dann daran. Und es gibt noch eine ganze Reihe weiterer sehr unschöner Parasiten und Würmer, die sich im warmen Zentralafrika heimisch fühlen. Dann vielleicht doch lieber ins asiatische Hochland, Malaria gibt's da nämlich nicht.

Dafür sind dort die mongolischen Murrentierchen nicht nur süß, gelegentlich landen sie auch im Kochtopf, was leider den Flöhen ihren Lebensraum nimmt. Was liegt näher, als sich den nächstgelegenen Höhentrekker als neuen Wirt zu Schnappen? Leider sind Flöhe nicht nur blöd, sie übertragen auch die Yersinien. Doxycyclin und Streptomycin helfen zwar, aber finden Sie mal vor Ort die neueste Apothekenrundschaue mit angeschlossenen Medikamentenverkauf. Da kann man ganz schön weit laufen, was mit akuter Lungenpest nun wirklich kein Spass ist.

Die gute Nachricht: wenn Sie gegen FSME geimpft sind, ist der Schwarzwald noch ziemlich sicher und Tsunamis an der Ostsee gab's schon länger nicht mehr. Schönen Urlaub!

Ihr
Prof. Dr. Veit Braun
Schriftführer

Hinweis: Der aktuelle Kommentar gibt nicht die Meinung der DGNC,
sondern die des Kommentierenden wieder.