

## Reiseberatung für Mekka-Pilger (Umra und Haddsch)

(Grundlage Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation vom 3.6.2014 und 13.6.2014)

### **Einleitung:**

MERS steht für das Middle East Respiratory Syndrome (auf Deutsch Naher-Osten-Atemwegs-Krankheit) und ist eine schwere Infektion der Atemwege, die durch das MERS-Coronavirus (MERS-CoV) verursacht wird. Das Virus wurde erstmals im Jahr 2012 erkannt und zählt zur großen Gruppe der Coronaviren. Diese können von der Erkältung bis zu SARS, einer schweren akuten Infektion der Atemwege, viele unterschiedliche Krankheitsbilder verursachen.

Bis Mai 2014 wurden mehr als 635 Fälle von MERS an die WHO gemeldet. Das Virus ist auf der arabischen Halbinsel verbreitet. Die meisten MERS-Fälle wurden aus dem Saudi-Arabischen Königreich gemeldet.

Die meisten Erkrankungsfälle sind bisher unter Einheimischen aufgetreten. In einigen Fällen waren auch Besucher erkrankt. Das Risiko für Besucher, eine MERS-Erkrankung zu erwerben, erscheint aufgrund der aktuell vorhandenen Informationsbasis gering.

### **Mögliche Ursachen für die Erkrankungen:**

- Kontakte mit infizierten Tieren, Dromedaren (arabische Kamele), die selbst nicht krank erscheinen
- Kontakt mit nicht-behandelten (pasteurisierten) Produkten von infizierten Tieren
- Mensch zu Mensch-Übertragungen im gemeinsamen Haushalt bei engem Kontakt

Derzeit laufen einige Studien, die den Beitrag verschiedener Infektionswege klären sollen. Sie sind aber noch nicht abgeschlossen. Weitere Infektionen sind in Krankenhäusern aufgetreten, vor allem dort wo kranke Patienten unter ungünstigen Hygienebedingungen betreut wurden.

Auch Infektionen innerhalb von Familien wurden beobachtet. Eine Ursache dafür kann entweder die Übertragung von Mensch zu Mensch sein oder der Kontakt zu einer gemeinsamen Quelle. Im Moment ist noch nicht genau klar, wie MERS übertragen wird. Es spricht derzeit nichts dafür, dass MERS in der Bevölkerung leicht zu übertragen ist. Seit April 2014 hat die Zahl der bekannten Fälle in Saudi-Arabien und den Vereinigten Arabischen Emiraten zugenommen. Die neusten Informationen zu MERS in englischer Sprache finden sie hier:

[http://www.who.int/csr/disease/coronavirus\\_infections/en/](http://www.who.int/csr/disease/coronavirus_infections/en/)

**Ein Merkblatt (bald) in verschiedenen Sprachen zu der Mers-Erkrankung finden Sie hier:**

<http://www.infektionsschutz.de/erregersteckbriefe/mers-coronaviren/#c60807>

## Vor der Pilger-Reise

### Empfehlungen für Menschen, bevor sie nach Mekka reisen wollen (Umra(h) oder Haddsch):

Menschen mit schweren Vorerkrankungen wie z. B. Diabetes, chronischen Lungen-erkrankungen, Nierenschäden oder Immunschwäche haben eine höhere Wahrscheinlichkeit an MERS zu erkranken bekommen, wenn sie mit dem Virus in Kontakt kommen.

- Pilgerinnen und Pilger mit chronischen Krankheiten sollten vor der Reise einen Arzt aufsuchen, um das Gesundheitsrisiko zu beurteilen und bei der Entscheidung zu helfen, ob die Pilgerreise aus gesundheitlichen Gründen ratsam ist.
- Pilgerinnen und Pilger, die vor der Reise Atemwegserkrankungen mit Fieber und Husten bekommen, sollten die Reise verschieben bis sie wieder gesund sind.

## Während der Pilger-Reise

### Empfehlungen für Menschen, die bei der (Umra(h) oder Haddsch) sind:

#### **Allgemeine Tipps um gesund zu bleiben:**

- Husten oder niesen Sie in ein Einmaltaschentuch und entsorgen Sie dieses anschließend in einem geschlossenen Abfallbehälter. Falls kein Taschentuch zur Verfügung steht, husten oder niesen Sie in die Armbeuge, nicht in die vorgehaltene Hand.
- Waschen Sie Ihre Hände anschließend gründlich mit Seife.
- Essen Sie niemals rohes Fleisch
- Essen Sie niemals Mahlzeiten, die unter unhygienischen Bedingungen zubereitet wurden
- Waschen Sie Früchte und Gemüse sorgfältig
- Schälen Sie Früchte und Gemüse sorgfältig, wenn möglich
- Vermeiden Sie engen Kontakt mit Droemdashen (arabischen Kamelen)
- Vermeiden Sie den Besuch von Dromedar-Farmen, Dromedar-Märkten und den Genuss von nicht-pasteurisierter Milch von Dromedaren, Urin oder ungekochtem oder nicht ausreichend erhitztem Fleisch von Dromedaren.

## Tipps, wenn Sie auf der Reise krank werden

Hinweise für Pilgerinnen und Pilger, die während der Reise akute Atemwegserkrankungen mit Fieber und Husten entwickeln (so schwer, dass der normale Tagesablauf gestört ist):

- Informieren Sie die medizinische Reise-Betreuung, wenn vorhanden
- Gehen Sie zu einem örtlichen Arzt
- Husten oder niesen Sie in ein Einmaltaschentuch und entsorgen Sie dieses anschließend in einem geschlossenen Abfallbehälter. Falls kein Taschentuch zur Verfügung steht, husten oder niesen Sie in die Armbeuge, nicht in die vorgehaltene Hand
- Waschen Sie Ihre Hände anschließend gründlich mit Seife
- Halten Sie Abstand halten von einem Meter zu anderen Personen, wenn Sie selber eine fieberhafte Atemwegserkrankung haben
- Vermeiden Sie den Besuch von belebten Plätzen
- Bleiben Sie möglichst alleine bis der Husten vorbei ist
- Bedecken Sie Nase und Mund mit einem Tuch oder einer Maske, wenn eine Isolierung nicht möglich ist und Sie unter Menschen gehen müssen

## Nach der Pilger-Reise

### Empfehlungen für Menschen nach der Rückkehr von der (Umra(h) oder Haddsch):

Pilgerinnen und Pilger, die eine akute Atemwegserkrankung mit Fieber und Husten bekommen (so schwer, dass der normale Tagesablauf gestört ist) sollen während zwei Wochen nach der Rückkehr Folgendes beachten:

- Suchen Sie einen Arzt auf, aber informieren Sie diesen vorher telefonisch darüber, dass Sie von der Umra(h) oder Haddsch kommen
- Informieren Sie das Gesundheitsamt
- Husten oder niesen Sie in ein Einmaltaschentuch und entsorgen Sie dieses anschließend in einem geschlossenen Abfallbehälter. Falls kein Taschentuch zur Hand ist, husten oder niesen Sie in die Armbeuge, nicht in die vorgehaltene Hand.
- Waschen Sie Ihre Hände anschließend gründlich mit Seife
- Bedecken Sie Nase und Mund mit einem Tuch oder einer Maske, wenn eine Isolierung nicht möglich ist und Sie unter Menschen gehen müssen
- Versuchen Sie möglichst wenig Kontakt mit anderen Menschen zu haben, damit diese nicht infiziert werden
- Vermeiden Sie weitere Reisen