



05.06.2015  
PRESSEINFORMATION

EUROPÄISCHE REISEVERSICHERUNG

## Gut geschützt in den Urlaub mit Kind

### WICHTIGE TIPPS FÜR EINEN ENTSPANNTEN URLAUB

Wien – Der gemeinsame Familienurlaub kann schön und erholsam sein – oder aber sehr anstrengend. Eltern haben das – zumindest zum Teil – in der Hand. „Einer der wesentlichsten Faktoren für eine erholsame Reise mit Kindern ist die gute Vorbereitung. Dazu gehören unter anderem Maßnahmen zur Krankheits- und Unfallverbeugung“, rät Prim. **Univ.-Prof. Dr. Alexander Rokitansky**, Vorstand der Kinder- und Jugendchirurgischen Abteilung des Donauspitals SMZ Ost in Wien ([www.kidsdoc.at](http://www.kidsdoc.at)). Denn: Wer rechtzeitig richtig plant, plant auch ein Stück vom Urlaubsglück voraus.

Vor jeder Urlaubsentscheidung sollte die Frage geklärt werden: Entspricht das Ferienziel dem Alter und den Interessen von Sohn und Tochter? „Kindern, die jünger als drei Jahre sind, sollten keine Fernreisen zugemutet werden“, empfiehlt Prof. Rokitansky. „Ganz bestimmt dann nicht, wenn im Urlaubsziel ein niedriger hygienischer und medizinischer Standard herrscht.“ Generell gilt: Das Fehlen der vertrauten Umgebung, Klimaveränderung, Zeitverschiebung, veränderte Ernährungs- und Hygienebedingungen bekommen den ganz jungen Erdenbürgern selten gut.

#### Kontakt

Charlotte Ludwig  
PR Plus GmbH  
T +43.1.9141744  
F +43.1.914174422  
E-Mail: ludwig@prplus.at

#### Europäische Reiseversicherung AG

Kratochwjlestraße 4  
1220 Wien  
T +43.1.3172500  
F +43.1.3199367

info@europaeische.at  
[www.europaeische.at](http://www.europaeische.at)

### WENN ES IN DIE WEITE FERNE GEHT

Fernreisen bedürfen einer Vorbereitungszeit von ein bis zwei Monaten. „Ob Karibik oder Afrika, in diesen und vielen anderen Ferienzielen sind gewisse Reiseimpfungen notwendig, die Kinder, aber auch Erwachsene, vor gefährlichen Krankheiten schützen können“, betont Prof. Rokitansky.

Kompetente Stellen, die Auskunft geben, sind unter anderem das Zentrum für Reisemedizin in Wien (Tel. 01/403 83 43, [www.reisemed.at](http://www.reisemed.at)) sowie das Institut für Reise- und Tropenmedizin in Wien (Tel. 01/402 68 61-0, [www.tropeninstitut.at](http://www.tropeninstitut.at)).

Auch in den Bundesländern gibt es auf Reisemedizin spezialisierte Ärzte – auf der Webseite [www.europaeische.at/reisetipps/impfaktion.html](http://www.europaeische.at/reisetipps/impfaktion.html) sind die entsprechenden Kontakte ersichtlich. Sollte kein Arzt in der Nähe sein, wendet man sich am besten an die entsprechenden Gesundheitsabteilungen der Landesregierungen. Apotheken bieten zudem Reisechecklisten an. „Vor allem, wenn es mit dem Nachwuchs ins Ausland geht, sollten die Kinder auch nach dem in Österreich vorgeschriebenen und empfohlenen Impfplan geimpft sein“, rät der Kinder- und Jugendarzt. Bei Reisen in südliche Mittelmeerregionen wird zusätzlich eine Impfung gegen Hepatitis A empfohlen.

### IN DIE FERIE MIT DEM AUTO

Baby an Bord? Aber bitte mit Babyschale! Ebenso brauchen Kleinkinder größenangepasste Kindersitze und altersentsprechende Rückhaltesysteme. „Dabei ist besonders auf die Kopfstabilisierung zu achten, und zwar in frontaler als auch in seitlicher Richtung“, betont Prof. Rokitansky. „Und bedenken Sie bitte, dass Systeme, die älter als sechs Jahre sind, möglicherweise nicht mehr den aktuellen Sicherheitsstandards entsprechen. Der ÖAMTC Kindersitz-Test 2014 bietet diesbezüglich gute Informationen.“ Näheres unter [www.oamtc.at/kindersitztest](http://www.oamtc.at/kindersitztest)

Wichtig sind Sonnenschutzvorrichtungen an den Autoscheiben. Ist so ein Sonnenschutz nicht zur Stelle, leistet auch eine Stoffwindel, die man in das Fenster spannt, gute Dienste. Gegen kindliche Langeweile im Auto helfen Spielsachen, Bilderbücher, lustige Rate- und Kreativ- und freilich auch Computerspiele. Zudem bringen Äpfel, Birnen, Bananen, Gemüse und Müsliriegel Abwechslung in die Fahrt und vertreiben etwaigen Hunger. Keinesfalls vergessen: Ausreichend Getränke mitnehmen und regelmäßige Pausen einlegen.

## FLUGREISEN MIT KINDERN

Eine kurze Flugreise ist für Kinder meist viel angenehmer als eine lange Autofahrt. Keine Angst vor der Flugangst – die kennen Kinder nicht (außer sie haben es von den Erwachsenen gelernt). Was viele Kinder aber leider gut kennen: Ein unangenehmes Gefühl bis massive Schmerzen in den Ohren, vor allem bei Start und Landung, denn Babys und Kleinkinder haben sehr empfindliche Ohren.

Dagegen hilft unter anderem, wenn man dem Spross Pappbecher über die Ohren stülpt. „Das hilft gegen druckbedingte Schmerzen. Wir geben zusätzlich warme Tücher in diese Becher, das wirkt noch mehr“, verrät eine Flugbegleiterin. „Auch trinken und Kaugummi kauen hilft, denn durch das Schlucken wird die Eustachische Röhre entlüftet und so ein Druckausgleich ermöglicht“, erklärt Prof. Rokitansky.

Kindern ab fünf Jahren kann auch zu folgendem Druckausgleich geraten werden: Mund schließen, Nase zuhalten, kräftig in die Nase blasen, schlucken. Vorbeugend kann ein befeuchtendes und schleimhautabschwellendes Nasenspray verabreicht werden. Schleimlösende und hustendämpfende Medikamente sollten bei Flugreisen sowieso im Handgepäck sein – die trockene Luft im Flugzeug führt bei Kindern immer wieder zu Hustenanfällen.

## DER KINDLICHE DURCHFALL

Die ungewohnte Nahrung im fremden Land führt bei den kleinen Urlaubern mit ihrem empfindlichen Magen-Darm-Trakt oft zu (Brech-)Durchfällen. Durchfallgefahr besteht für Kinder aber nicht nur in den Tropen, sondern schon in einigen südeuropäischen Ländern. Prof. Rokitansky: „Rund 50 Prozent aller Kinder, die in südlichen oder tropischen Destinationen urlauben, erleiden eine Darminfektion.“

Während der Reisedurchfall bei Erwachsenen vielfach harmlos verläuft, kann er bei Kindern gefährlich werden. „Es kommt zu hohem Flüssigkeitsverlust, der in 20 Prozent der Fälle mittels Infusionstherapie in einem Spital behandelt werden muss“, schildert Prof. Rokitansky. Ganz verhindern lässt sich der Durchfall nicht, aber es gibt einige goldene Ernährungsregeln, die die Gefahr weitgehend eindämmen.

Verboten sind: Leitungswasser – in exotischen Ländern sollten sich die Kinder damit nicht einmal die Zähne putzen. Auch Eiswürfel und Eiscreme können hohe Keimzahlen aufweisen. Obst darf nur in geschältem Zustand gegessen werden. Auch Salat ist in vielen Ländern keimbehaftet, da dieser mit Leitungswasser gewaschen wird (in den Tropen sowieso, aber mitunter auch in Tunesien oder Süditalien). Auf der Tabuliste stehen auch roher Fisch, nicht gut durchgebratenes Fleisch sowie Rohmilch. Einen Bogen macht man auch besser um die Delikatessen an einem Strandbuffet, das lange angerichtet bleibt – in der Hitze vermehren sich die Bakterien rasch.

Erste Maßnahme bei Durchfall: trinken, trinken, trinken. Am besten eignet sich eine Elektrolytlösung, die man aus der heimischen Apotheke mitnimmt (solche Lösungen enthalten auch lebenswichtige Minerale, die dem Körper bei Durchfall und Erbrechen entzogen werden).

## GOLDENE BADEREGELN

„Ertrinken kann man auch im seichtesten Wasser“, warnt Prof. Rokitansky. Ertrinkungsunfälle zählen zu den häufigsten Ursachen von Tod und bleibender Behinderung im Kindesalter. Auch Schwimmhilfen – so der Arzt – bieten keinesfalls hundertprozentige Sicherheit. Schon gar nicht Schwimmreifen! „Die können in den Kniebereich abgleiten. Das Kind kippt dann und gerät mit dem Kopf unter die Wasseroberfläche.“

Günstiger sind Schwimmflügel beziehungsweise Badeanzüge, in die Styropor-Auftriebskörper eingearbeitet sind. „Ich rate zu geprüften Mehrkammersystemen.“ Ein weiterer Rat des Mediziners: Erst wenn die Kleinen sich nahezu erschöpfungsfrei mit wenigen Bewegungen an der Wasseroberfläche halten können, kann man sukzessive auf Schwimmhilfen verzichten. „Kinder beurteilen ihre Schwimmkünste durchwegs zu positiv. Sie glauben, schwimmen zu können, erschöpfen aber schnell und sind dann hochgradig ertrinkungsgefährdet.“

Wer mit dem Nachwuchs am Meer urlaubt, sollte unbedingt Badeschuhe besorgen. Verletzungen durch scharfe Muscheln oder Seeigel-Stacheln schmerzen und können sich infizieren.

## SONNE OHNE REUE

Säuglinge unter einem Jahr sollen keiner Sonnenbestrahlung ausgesetzt werden. Für Kleinkinder und (Volks-)Schüler, deren Haut viel empfindlicher als die Erwachsener ist, gilt: Planschen im See und Meer mit Leibchen und Sonnenkappe. Nicht fehlen darf eine Sonnenbrille mit hundertprozentigem UV-Schutz und ausreichend Sonnencreme. Es gibt bereits eine größere Auswahl an speziellen Kinder-Sonnencremen, die allesamt einen sehr hohen Lichtschutzfaktor aufweisen. Prof. Rokitansky rät zu wasserfesten Cremes. Vorsorgliche Eltern führen – für den Fall der Fälle – Hautcremes und Gels gegen Sonnenbrand mit.

Erste Maßnahmen bei einem Hitzeschlag, der sich durch Benommenheit, Schwindel, Druck im Kopf oder Wärmestau im Körper bemerkbar macht: In den Schatten bringen, mit nassen Tüchern oder mit einem auf kalt gestellten Fön (besonders Kopfbereich) abkühlen. Von zu starkem Abkühlen mit Eis rät der Kinderarzt dringend ab.

## VERSICHERN BERUHIGT

Auch wenn Sie alle obenstehenden Ratschläge berücksichtigen, können dennoch Ereignisse eintreten, auf die man sich nicht vorbereiten kann. Egal, ob es an den Tropenstrand oder auf Safari geht, aber auch wenn das Urlaubsziel Italien oder Spanien heißt: Versichern beruhigt. Eine Reiseversicherung schützt zwar nicht vor Diebstahl, Unfall oder Krankheit, aber im Falle des Falles kann sie Soforthilfe leisten und den finanziellen Schaden eindämmen.

Das ist beispielsweise beim Stornieren einer Reise der Fall (wenn die Tochter kurz vor Reiseantritt hoch fiebert und man die Reise absagen muss, kann das ohne entsprechende Reise-Stornoversicherung empfindlich teuer werden) oder bei einer Krankenbehandlung im Ausland (wenn der Sohn im Urlaub zum Arzt oder gar ins Krankenhaus muss, kann ein Arztbesuch oder ein Krankenhaustag ohne Reise-Krankenversicherung beträchtliche Kosten verursachen). Und sollte ein Krankenhausaufenthalt eines Kindes länger als fünf Tage dauern, werden der Besuch samt Anreise und Nächtigung organisiert und die Kosten übernommen.

Und im schlimmsten Fall, wenn ein Familienmitglied im Urlaub lebensgefährlich erkrankt oder schwer verletzt wird und die medizinische Versorgung am Urlaubsort alles andere als unserem Standard entspricht, werden neben den medizinischen auch die Kosten für den Heimtransport inklusive Ambulanzjet ersetzt.

Die Europäische Reiseversicherung bietet hier verschiedene Versicherungslösungen an, von der Absicherung einer einzelnen Reise bis hin zu Jahres-Reiseversicherungen, mit denen jede Reise, jeder Urlaub und jeder Ausflug automatisch versichert sind. Eine solche Jahres-Reiseversicherung für Familien bietet Versicherungsschutz für zwei Erwachsene, unabhängig vom Verwandtschaftsverhältnis, sowie deren Kindern – auch Adoptiv- und Pflegekinder. Somit ist dieser Tarif auch für Patchwork-Familien bestens geeignet. Die versicherten Personen können getrennt oder auch gleichzeitig zu verschiedenen Destinationen reisen. Das bedeutet beispielsweise, dass die Kinder auch versichert sind, wenn Sie mit den Großeltern verreisen.

Wichtig ist noch anzumerken, dass die e-Card entgegen weit verbreiteter Meinung im Ausland maximal einen Basisschutz bietet, weil in den gängigen Urlaubsregionen meist nur Privatspitäler oder -ambulanzen anzutreffen sind. Hier muss man als Patient in Vorleistung treten und bekommt von der heimischen Sozialversicherung höchstens eine geringe Entschädigung erstattet. Das ist insbesondere für die zahlreichen selbstanreisenden Urlauber und Last Minute-Bucher wichtig, die in den kommenden Sommermonaten in die beliebten Baderegionen Kroatiens und Italiens reisen.

Bei Kreditkarten oder Vereinsmitgliedschaften hingegen ist oftmals nur der Karteninhaber versichert und der Versicherungsschutz ist häufig an Bedingungen geknüpft. Mit einer umfassenden Reiseversicherung kann man den Urlaub sorglos genießen und ist im Ernstfall in guten Händen.



Nähere Informationen und weiterführende Links zum Thema, Produktinformationen, eine direkte Abschlussmöglichkeit sowie eine Reise-Checkliste von Prof. Rokitsky finden Sie auf der Website der Europäischen Reiseversicherung: [www.europaeische.at](http://www.europaeische.at)

#### **DIE EUROPÄISCHE REISEVERSICHERUNG AG**

**Die Europäische Reiseversicherung ist mit über 60 Prozent Marktanteil der größte österreichische Reiseversicherer. Über 2,15 Millionen Reisende vertrauen auf die Produktpalette der „Europäischen“, die sich von Versicherungen für Österreich-Urlaube und Auslandsreisen über Jahres-Reiseversicherungen bis hin zu Versicherungspaketen für Unternehmen und Geschäftsreisen erstreckt.**

**Die Europäische Reiseversicherung ist ein Unternehmen der Generali Group – eine der führenden globalen Versicherungsgruppen mit einem Prämienaufkommen von 70 Milliarden Euro im Jahr 2014. Mit 78.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern weltweit und 72 Millionen Kunden in mehr als 60 Ländern nimmt die Generali eine führende Position auf den westeuropäischen Märkten ein und gewinnt auch in Zentral- und Osteuropa sowie in Asien immer mehr an Bedeutung.**

[www.europaeische.at](http://www.europaeische.at)

[www.generali.at](http://www.generali.at)

[www.generali.com](http://www.generali.com)