Gesund und entspannt an Bord

Author : melanie

Blick auf die Ostsee © Melanie Kiel

Kreuzfahrten bieten entspanntes Reisen - und das in jeder Altersklasse. Aber was passiert, wenn sich doch einmal eine Krankheit ankündigt? Kreuzfahrtberater.de gibt Tipps für gesundes Reisen.

Malte Köster, Geschäftsführer des Online-Reisebüros, ist Experte auf diesem Gebiet und gibt Entwarnung: „Viele Reedereien gewährleisten auch an Bord eine medizinische Versorgung, indem sie ihre Schiffe so hochwertig ausstatten, dass im Notfall sogar ein operativer Eingriff durchgeführt werden könnte.“

Krankheiten auf See

Natürlich geschehen auch im Urlaub kleinere Missgeschicke, die der Schiffsarzt rasch mit Pflastern, Schmerztabletten und Sonnenschutz behandeln kann. Einige Reisende leiden auch unter Seekrankheit, bei der das Gehirn durch den Seegang unterschiedliche Signale erhält, die zu Gleichgewichtsirritationen führen. „Die Seekrankheit tritt häufig kurz nach dem Ablegen auf und endet meist nach ein paar Tagen, auch ganz ohne ärztliches Zutun“, weiß Malte Köster. Lassen sich die Symptome wie Herzrasen und Übelkeit jedoch nicht durch viel frische Luft, Ruhe, Schlaf und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr mildern, kann der Schiffsarzt durch gezielte Medikation Linderung verschaffen.

Vorsorge durch Planung

Zur medizinischen Ausstattung an Bord gehören auch Defibrillatoren, Ultraschall- und Röntgengeräte. Aber natürlich stellt die Arbeit auf einem Ozeanriesen immer auch eine Herausforderung dar, weil der Schiffsarzt Internist, Chirurg, Unfallmediziner und Hausarzt in Personalunion ist. So finden Menschen, die an chronischen Erkrankungen leiden, auf Kreuzfahrtschiffen die bestmögliche medizinische Versorgung. „Um möglichen Problemen

schon im Vorfeld vorzubeugen, sollten sie vor Reiseantritt jedoch immer Rücksprache mit ihrem Arzt halten“, betont der Geschäftsführer von kreuzfahrtberater.de.

Doch auch darüber hinaus können Patienten ihren Beitrag leisten und somit zu einem reibungslosen und unvergesslichen Urlaubserlebnis beitragen: Wer bereits vor Reiseantritt weiß, dass er eine Dauermedikation benötigt, sollte darauf achten, ausreichend Medikamente mit an Bord zu nehmen. Außerdem besteht die Möglichkeit, sich im Vorfeld über die Barrierefreiheit einzelner Schiffe zu informieren.

„Besonders werdende Eltern lesen am besten vor der Buchung die jeweiligen AGBs: Einige Reedereien erlauben eine Reise nach Beginn der 24. Schwangerschaftswoche nicht mehr“, weiß Malte Köster. Zusätzlich kommen sie zumeist nicht umhin, einen Nachweis über den Entbindungstermin sowie ein ärztliches Attest über die Reisetauglichkeit vorzuweisen. Vor dem Antritt der Kreuzfahrt empfiehlt es sich zudem eine Auslandskrankenversicherung abzuschließen. „Diese ermöglicht die Erstattung der im Ausland unter Umständen entstandenen Krankenhaus- oder Arztkosten“, erläutert der Experte. Neben Entspannung, Sonne und Meer gewährleistet eine Kreuzfahrt somit auch im Urlaub eine den europäischen Standards entsprechende medizinische Versorgung.

Weitere Informationen auch unter www.kreuzfahrtberater.de