



PRESSEMITTEILUNG

Aktuell zur Sommerzeit: Gesundheitstipps für den Badeurlaub auf reisemed-experten.de

Düsseldorf, 28.06.2011. Ob Jung oder Alt - jeden Sommer zieht es Tausende an Strände und in Freibäder. So ist auch der Badeurlaub schon seit Generationen eines der beliebtesten Motive, Taschen, Rucksäcke und Koffer zu packen, um auf Reisen zu gehen. Doch trotz vielfältiger Erfahrung, kommt es dabei immer wieder zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen: Sonnenbrände, allergische Hautreaktionen, Kreislaufbeschwerden, Kopfschmerzen, Verletzungen durch Tierkontakte und Unfälle gehören dazu. Die Internetseite www.reisemed-experten.de hat jetzt einige Gesundheitstipps und Informationen veröffentlicht, damit die Badesaison 2011 möglichst beschwerdefrei verlaufen kann.

"Vielen Menschen ist beispielsweise nicht bewusst, dass zahlreiche Medikamente wie die Pille, einige Antibiotika und Rheumamittel phototoxische Reaktion auslösen können, wenn die Haut plötzlich intensivem Sonnenlicht ausgesetzt ist", erklärt Dr. Burkhard Rieke, Fachleiter des Internetportals. Braune Hautflecken sind eine zwar harmlose aber unschöne Folge. Gefährlicher wird es, wenn das Risiko von Austrocknung und Kreislaufversagen durch die Sonne, Hitze und Anstrengung beim Baden unterschätzt wird. Das kann vor allem bei Kindern und älteren Menschen schnell der Fall sein. Der einfache aber wirkungsvolle Tipp der Experten: reichlich trinken, am besten Mineralwasser, Fruchttee oder verdünnten Fruchtsaft und hohe körperliche Anstrengungen möglichst vermeiden.

Zu den klassischen Spaßverderbern am Strand und im Freibad gehören immer wieder Verletzungen. Sie entstehen häufig beim Barfußlaufen durch scharfkantige Steine, Muscheln und Glasscherben. Der Tipp: Das Tragen von Badeschuhen

reduziert die Gefahr. Sie schützen außerdem vor Hakenwürmern, die vor allem im Süden häufiger verbreitet sind und leicht durch die Haut der Fußsohlen in den Körper eindringen und schwere Infektionen verursachen können.

Weitere Tipps und reisemedizinische Informationen unter: www.reisemed-experten.de

Bei Veröffentlichung freuen wir uns über ein Belegexemplar:

MedPrä GmbH, Harald Beez

Torgauer Str. 18, 40231 Düsseldorf

Kontakt:

Harald Beez, Tel. 0211-60091-60, E-Mail: info@medprae.de,

Über reisemed-experten.de

Die Internetseite www.reisemed-experten.de wird von der Anfang 2010 in Düsseldorf gegründete MedPrä GmbH betrieben. Sie ist ein Informationsdienstleister zu Themen der Prävention, die sie in Kooperation mit Experten der einzelnen Präventionsbereiche entwickelt und auch als Fachinformationen für Ärzte und Apotheker zur Verfügung stellt. Die MedPrä GmbH gibt das Referenzhandbuch Impf- und Reisemedizin heraus und bietet u.a. in Zusammenarbeit mit der Norddeutschen Akademie für Reise- und Tropenmedizin Fachfortbildungen an.