

Tipps für Kreuzfahrten

Millionen Amerikaner genießen jedes Jahr eine Kreuzfahrt. Im Jahr 2003 schifften sich etwa 8.3 Millionen Passagiere von nordamerikanischen Häfen aus für eine Kreuzfahrtein (Quelle: [Cruise Lines International Association](#)). Bei einer Reise auf einem Kreuzfahrtschiff kommen Passagiere mit neuen Umgebungen und einer Menge von Menschen in Berührung, die Mitreisenden inbegriffen. Diese Kontakte schaffen ein gewisses, wenn auch selten auftretendes Krankheitsrisiko entweder durch kontaminierte Speisen, verschmutztes Wasser oder, häufiger, durch persönliche Kontakte.

Um der Verbreitung von Krankheiten vorzubeugen, befolgen Sie die nachfolgenden Tipps:

1. Hände waschen!

- vor und nach dem **Essen** und **Rauchen**;
- nachdem Sie ihr Gesicht berühren, oder die Toilette benutzen;
- wenn Sie schmutzige Hände haben.

Erfahren Sie mehr darüber auf dieser Seite: [Tipps zum Händewaschen](#).

2. Verlassen Sie einen Aufenthaltsort wenn Sie dort bei einer Person Krankheitserscheinungen beobachten (Erbrechen oder Durchfall).

Melden Sie solche Beobachtungen dem Schiffspersonal, wenn dies nicht bereits geschehen ist.

Falls Sie kontaminierte Partikel aus der Luft aufnehmen, könnten Sie krank werden.

3. Passen Sie auf sich selbst auf.

Ruhen Sie sich gut aus und trinken Sie viel Wasser. Durch Ruhe regenerieren Sie ihr Immunsystem. Durch Wassertrinken vermeiden Sie Dehydrierung.

4. Nehmen Sie Rücksicht auf die Gesundheit anderer Leute.

Wenn Sie vor Antritt einer Kreuzfahrt krank werden, rufen Sie die Kreuzfahrtlinie an, um sich über alternative Kreuzfahrtmöglichkeiten zu erkundigen.

Erfahren Sie mehr über [virale](#) Krankheitsausbrüche auf Schiffen.

Das Hygieneprogramm für Seefahrzeuge (Vessel Sanitation Program) der CDC hilft der Kreuzfahrtbranche mit der Kontrolle und Verhinderung der Verbreitung von Magen- und Darmerkrankungen an Bord von Kreuzfahrtschiffen, und unterstützt sie bei der Überwachung von Schiffen im Falle eines Krankheitsausbruches. Erfahren Sie mehr über das [Hygieneprogramm für Seefahrzeuge](#) der CDC.