

Das Wesentliche in Kürze

- Zika ist eine in der Regel milde Viruserkrankung, die von Stechmücken übertragen wird, die tagsüber stechen.
- Eine Infektion während der Schwangerschaft (zu jedem Zeitpunkt) kann zu Missbildungen beim ungeborenen Kind führen.
- In Gebieten mit erhöhtem Zika-Übertragungsrisiko sollten schwangere Frauen oder solche, die eine Schwangerschaft planen, besondere Vorsichtsmassnahmen ergreifen: siehe untenstehende Informationen.

Vorkommen | Risikogebiete

Das Zika-Virus wurde 1947 erstmals bei Affen im Zika-Wald in Uganda entdeckt. Bis Mai 2015 war die Verbreitung des Virus hauptsächlich auf Afrika und Südostasien beschränkt. Dann breitete sich eine Epidemie auf dem amerikanischen Kontinent aus, zunächst in Brasilien, dann in Süd- und Mittelamerika sowie in der Karibik. Seitdem hat sich die Krankheit in den meisten tropischen und subtropischen Regionen ausgebreitet. Obwohl das Infektionsrisiko derzeit gering ist, können erneut Epidemien wieder auftreten, die besondere Reisehinweise erfordern (siehe unten).

Übertragung

Das Zika-Virus wird durch Stiche infizierter Mücken (*Aedes spp.*, einschliesslich der Tigermücke) übertragen, die tagsüber, insbesondere in der Morgen- und Abenddämmerung, stechen. Diese Stechmücken sind auch in tropischen und subtropischen Städten verbreitet. Das Virus kann von Mensch zu Mensch, während der Schwangerschaft (von der infizierten Mutter auf ihren Fötus), durch ungeschützten Geschlechtsverkehr mit einer infizierten Person (mit oder ohne Symptome) oder durch Bluttransfusion übertragen werden.

Symptome

Etwa 80% der infizierten Personen haben keine Symptome. Wenn doch Symptome auftreten, in der Regel innerhalb von 2 Wochen nach einem Mückenstich, sind sie in der Regel mild und umfassen mässiges Fieber, Hautausschlag (oft juckend), Bindehautentzündung, Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, Muskelschmerzen und Verdauungsstörungen. Die meisten Patienten erholen sich spontan innerhalb von 5-7 Tagen. Obwohl selten, können neurologische (Guillain-Barré-Syndrom) und immunologische Komplikationen auftreten. Eine Zika-Infektion während der Schwangerschaft kann in jedem Stadium zu fötalen Missbildungen führen.

Behandlung

Zika-Symptome können denen von Malaria, die dringend behandelt werden muss, oder anderen durch Mücken übertragenen Krankheiten wie z.B. Dengue ähneln. Deshalb: Wenn Sie Fieber haben, suchen Sie einen Arzt auf, um eine genaue Diagnose zu erhalten! Die Behandlung von Zika zielt auf die Senkung von Fieber und Gelenkschmerzen (mit Paracetamol) ab. Vermeiden Sie Aspirin und entzündungshemmende Medikamente (z. B. Ibuprofen), solange Dengue-Fieber nicht ausgeschlossen ist. Es ist kein Impfstoff verfügbar.

Wenn Sie schwanger sind und während oder nach Ihrer Rückkehr aus einem Zika-Übertragungsgebiet Fieber haben, werden Blut- und/oder Urintests empfohlen. Wird eine Zika-Infektion bestätigt, sollte die medizinische Behandlung mit einem Gynäkologen und Spezialisten für Infektions- oder Reisemedizin koordiniert werden.

Vorbeugung

- **Reisen in der Schwangerschaft stellen ein erhöhtes Risiko für die Mutter und das Kind dar, durch Mücken übertragene Krankheiten zu bekommen. Bitte beachten Sie das [Merkblatt zur Schwangerschaft](#).**
- Schützen Sie sich tagsüber und am frühen Abend immer vor Mückenstichen, siehe Merkblatt [zur Vorbeugung von Mückenstichen](#).
- Wenn Sie in ein **Gebiet mit erhöhtem Zika-Übertragungsrisiko** reisen (siehe Gebiete in den [Zika Health Travel Notice](#)):
 - ✓ **Wenn Sie schwanger sind:** Frauen in jedem Stadium der Schwangerschaft **sollten ihre Reisepläne überdenken**. Wenn eine Reise unumgänglich ist, konsultieren Sie vor der Abreise einen Spezialisten für Reisemedizin.
 - ✓ **Wenn Ihre Partnerin schwanger ist:** Verwenden Sie **während der Schwangerschaft** Kondome, um eine mögliche sexuelle Übertragung von Zika zu verhindern.
 - ✓ **Wenn Sie oder Ihre Partnerin planen, schwanger zu werden:**
 - Benutzen Sie während der gesamten Reise und für mindestens zwei Monate nach der Rückkehr Kondome, um eine mögliche sexuelle Übertragung von Zika ohne Symptome zu verhindern.
 - Sie sollten mindestens 2 Monate nach der Rückkehr aus einem Gebiet mit erhöhtem Zika-Übertragungsrisiko warten, bevor Sie schwanger werden.

Wichtig

- Eine Infektion mit dem Zika-Virus während der Schwangerschaft (egal in welchem Trimester) kann zu Missbildungen beim ungeborenen Kind (Fötus) führen.
- Die aktuellsten Informationen über Zika-Epidemien (= erhöhtes Übertragungsrisiko) finden Sie in den "**Zika Travel Health Notices**" des US Center of Disease and Prevention (CDC): <https://www.cdc.gov/zika/geo/index.html>.

Weitere Informationen

- US Center of Disease Control and Prevention: [Zika-Virus](#)
- Europäisches Zentrum für Seuchenkontrolle und -prävention: [Zika-Virus-Krankheit](#)

Für die Richtigkeit und Vollständigkeit der medizinischen Informationen kann keine Gewähr übernommen werden, ebenso wenig für eventuell auftretende Schäden.