



Urlaubsplanung 2018: Diese Trendreiseziele eignen sich auch für Hausstaubmilbenallergiker

Von *Carina Kleinschmidt*

Erstellt am 7 Feb 2018 - 16:00

Hamburg, 07.02.2018. Chile, Südkorea, Portugal, Dschibuti, Neuseeland, Malta, Georgien, Mauritius, China und Südafrika – das sind nicht nur die Trendreiseziele des Jahres, die die Autoren des Lonely Planet-Reiseführers empfehlen. Einige der Destinationen stellen aufgrund naturspezifischer Gegebenheiten auch ideale Urlaubsziele für Hausstaubmilbenallergiker dar. Bei der Urlaubsplanung für 2018 sollten sie daher auf der Liste möglicher Ziele ganz oben stehen.

Auch auf Reisen haben Hausstaubmilbenallergiker mit ihrer Erkrankung zu kämpfen. Die kleinen Tierchen kommen nämlich fast überall vor. Fast! Höhenlagen ab 1.500 Meter, Wüsten und Gletschergebiete mögen Milben überhaupt nicht. Der Grund: Sie sind dort aufgrund der kalten und trockenen Luft nicht überlebensfähig. Ein Glück, dass auch ein paar der Trendziele des Jahres mit diesen geologischen Eigenschaften punkten können.

Auf zum Dach der Welt

China hat einiges zu bieten. Das Land besteht aus verschiedenen Hochebenen, die weit über 1.500 Metern Höhe liegen und damit für Hausstaubmilbenallergiker attraktiv sein können. Wie wäre es beispielsweise mit dem Himalaya? Wer wandern beziehungsweise trekken will, kommt hier auf seine Kosten. Es muss ja nicht gleich der Mount-Everest sein. Für Einsteiger stehen beispielsweise Touren durch malerische Dörfer bereit, die einen Blick auf riesige Bergketten garantieren. Beste Reisezeit: April bis Oktober.

Einmal quer durch die Salzwüste

Schon einmal in Chile gewesen? Nein? Dann wird es aber Zeit. Das Land wartet mit jeder Menge Naturattraktionen auf. Wie wäre es beispielsweise mit einem Trip durch die trockenste Wüste der Welt – die Atacama-Salzwüste? Auch hier werden Hausstaubmilbenallergiker keine Milben antreffen. Dafür aber eine mondähnliche Landschaft und in der Nacht einen wunderschönen Sternenhimmel. So ist es nicht verwunderlich, dass sich einige der größten Sternwarten in der Region befinden. Diese sind auch für Besucher zugänglich. Beste Reisezeit: Oktober bis Mai.

Durch das Alpenparadies am anderen Ende der Welt

Wer gern Ski oder Snowboard fährt und mal eine andere Erfahrung sucht, ist in den neuseeländischen Alpen genau richtig. Diese befinden sich im Mount-Cook Nationalpark, der seit 1990 zum UNESCO Weltkulturerbe gehört und zahlreiche 3.000er beheimatet. Auf rund 700 Quadratkilometern werden Besuchern menschenleere Pisten, kilometerweite Gletscher, schneebedeckte Felder und malerische Seen geboten. Beste Reisezeit für Winterfans: Mai bis September.

Unterwegs im Kaukasus

Für all diejenigen, die für ein Ski- oder Rodelabenteuer nicht bis nach Neuseeland reisen möchten, ist Georgien eine Alternative. Auf 2.200 Metern Höhe befindet sich dort das Top-Ski-Resort Gudauri, das inmitten berauschender Gebirgspanoramen liegt und sich wachsender Beliebtheit erfreut. Eine weitere Ski-Hochburg ist Bakuriani. Das kleine Dorf liegt auf einer Höhe von 1.700 Metern am Fuße des Kaukasusgebirges. Beste Reisezeit für Winterfans: Dezember bis Ende April.



Auf den Spuren der Erdmännchen

Wer an Südafrika denkt, hat sofort den Krüger Nationalpark oder den Tafelberg im Kopf. Hausstaubmilbenallergiker sollte es auf ihrer Reise aber lieber in eine der Wüsten des Landes ziehen, beispielsweise die Kalahari. Frei von Milben bietet sie ein einmaliges Reiseerlebnis. Allein der Anblick der roten Dünen ist eine Reise wert. Hinzu kommen offene Ebenen, die das Entdecken und Beobachten von Tieren erleichtern. Beste Reisezeit: März-Mai und Augst-Oktober.

Es muss nicht immer eine Fernreise sein

Wem diese Ziele zu weit weg sind oder wem der Geldbeutel für eine Fernreise einen Strich durch die Rechnung macht, dem stehen auch noch andere attraktive Reiseziele zur Verfügung. Österreich, die Schweiz und Italien bieten tolle Skigebiete, in denen sich Hausstaubmilbenallergiker auf über 1.500 Metern wohlfühlen können. Wer lieber eine Wüstentour machen möchte, sollte beispielsweise über eine Reise nach Marokko oder Ägypten nachdenken.

Vorbereitung ist alles

Ist ein passendes Reiseziel dabei? Dann ab an die Planung! Wer seine Allergie mit einer Hyposensibilisierung (spezifische Immuntherapie oder Allergie-Impfung) behandelt, kann die attraktiven Reiseziele ebenfalls ansteuern. Aber es empfiehlt sich, mit dem jeweiligen Arzt über die Reise und Therapie zu sprechen. Patienten, die eine sublinguale Immuntherapie (SLIT) in Tropfen- oder Tablettenform erhalten, können ihre Behandlung wie gewohnt selbst fortsetzen. Allergiker, die eine subkutane Immuntherapie (SCIT) durchführen, sollten passende Injektionstermine vor und nach dem Urlaub rechtzeitig mit ihrem Arzt abstimmen.

Über allergiecheck

Die Website allergiecheck.de wird von ALK angeboten: Das zentrale Anliegen des Marktführers für Produkte zur Hyposensibilisierung und Diagnose allergischer Erkrankungen ist die Verbesserung der Lebensqualität allergiekranker Menschen. Mit allergiecheck.de will ALK Allergikern vielfältige Hilfestellungen für ihren Alltag bieten.

Pressekontakt:

fischerAppelt, relations GmbH

Nanni Blaubach

nb@fischerappelt.de [1]

Tel.: 040-899 699-0

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:59): <http://www.medkom24.eu/node/22957>

Links:



Urlaubsplanung 2018: Diese Trendreiseziele eignen sich auch für Hausstaubmilbenallergiker

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://www.medkom24.eu>)

[1] <mailto:nb@fischerappelt.de>