

Gesundheitsrisiken durch El Niño: Was Reisende jetzt beachten sollten

Düsseldorf, Oktober 2026 – Prognosen zufolge wird das Klimaphänomen El Niño in diesem Jahr außergewöhnlich stark ausfallen. Es könnte im Herbst und Winter 2026/2027 in großen Teilen Asiens, Nord-, Mittel- und Südamerikas, Afrikas sowie Australiens und Ozeaniens zu Extremwetter führen: Je nach Region ist mit starker Hitze, Dürren, Starkregen oder Überflutungen zu rechnen. Unter den Folgen drohen vor allem die Bevölkerungen armer Länder erheblich zu leiden. Aber auch Reisende, die für den Herbst und Winter bereits Fernreisen gebucht haben, könnten Auswirkungen spüren, etwa durch die Zunahme bestimmter Erkrankungsrisiken. Die Deutsche Fachgesellschaft für Reisemedizin e.V. (DFR) rät ihnen, einige Wochen im Vorfeld reisemedizinische Vorbereitungen zu treffen.

El Niño ist ein Klimaphänomen im tropischen Pazifik. Dabei erwärmt sich die Meeresoberfläche des Pazifiks ungewöhnlich stark, was die atmosphärische Zirkulation, insbesondere Luftdruckverteilung und Winde verändert und dadurch Niederschläge und Temperaturen in vielen Regionen beeinflusst. Nach Einschätzungen des Joint Research Centre der Europäischen Kommission könnten die Auswirkungen eines starken El-Niño-Ereignisses vor allem zwischen Herbst 2026 und Frühling 2027 vermehrt spürbar werden, am stärksten zwischen Dezember 2026 und Februar 2027.

Welche Regionen sind betroffen?

„Je nach Region und Reiseart können die Auswirkungen von El Niño für den Einzelnen sehr unterschiedlich, oder auch gar nicht spürbar werden – daher ist es essenziell, spezifisch für die eigene Reiseroute die Prognosen aufmerksam zu verfolgen und entsprechend zu planen“, rät Prof Dr. med. Tomas Jelinek, Präsident der DFR.

Ab September ist in vielen Regionen der Tropen und Subtropen mit außergewöhnlicher Hitze zu rechnen. Der Höhepunkt könnte zwischen Dezember 2026 und Februar 2027 liegen; in einigen Regionen kann sie bis in das Frühjahr 2027 anhalten. Gleichzeitig steigt in vielen Gebieten das Risiko für Trockenheit und Dürre. Dazu zählen große Teile Australiens, Südasiens, das südliche Afrika und Mittelamerika.

In anderen Regionen ist laut Prognosen mit überdurchschnittlichen Niederschlägen und Überschwemmungen zu rechnen. Dazu gehören Ostafrika, Teile Zentral- und Ostasiens sowie größere Gebiete in Süd- und Nordamerika.

Auf welche Gesundheitsrisiken müssen sich Reisende einstellen?

Starke Hitze sowie Rauchentwicklung durch Wald- und Buschbrände sind vor allem für ältere Menschen sowie Menschen mit Atemwegserkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, neurologische Erkrankungen oder eingeschränkter Nierenfunktion riskant. Auch Schwangere, Säuglinge und Kleinkinder benötigen besonderen Schutz. Reiseplanung und -aktivitäten sollten entsprechend angepasst werden.

Auswertungen zeigen, dass starke El Niño-Ereignisse in der Vergangenheit zu einem deutlichen Anstieg mückenübertragener Infektionen in den Tropen und Subtropen geführt haben, insbesondere von Dengue- und Chikungunya-Fieber. Denn wärmere Temperaturen und veränderte Niederschläge können die Vermehrung von Aedes, der Überträgermücke, begünstigen. Ebenso kann Trockenheit das Risiko erhöhen, weil Wasser in offenen Behältnissen gesammelt wird, die dann als Brutplätze dienen. Auch das Risiko für Malaria, übertragen durch die Anopheles-Mücke, kann sich regional verändern, Übertragungszeiten können sich verlängern.

In Ländern mit schwacher Infrastruktur hat El Niño in der Vergangenheit zu Ausbrüchen von Cholera und andere wasserübertragenen Infektionen geführt, ausgelöst durch Starkregen, Überschwemmungen und Schäden an Wasser- und Abwassersystemen. „Für Reisende ist das Risiko für Cholera-Infektionen im Allgemeinen gering. Je nach Reiseregion und Situation vor Ort sollten Reisende jedoch vermehrt auf Wasser- und Lebensmittelhygiene achten“, sagt Dr. med. Markus Frühwein, 1. Vizepräsident der DfR.

Wie sollten sich Reisende vorbereiten?

Wer in den kommenden Monaten in Länder reist, die von El Niño betroffen sind, sollte einige Vorkehrungen treffen:

- Reisemedizinische Beratung einholen: 4 bis 6 Wochen vor Abreise – im Notfall kurzfristiger – eine reisemedizinische Beratung einholen, bei der u.a. die Notwendigkeit von Reiseimpfungen abgeklärt sowie Standardimpfungen aufgefrischt werden können.
- Reiseapotheke gut ausstatten: Die Reiseapotheke sollte so ausgestattet sein, dass auch bei eventuellen Versorgungseinschränkungen alle wichtigen Medikamente verfügbar sind. Das gilt besonders für Menschen mit chronischen Erkrankungen und für Individualreisen in Regionen mit schwächerer Infrastruktur.
- Mückenschutz konsequent umsetzen: In tropischen und subtropischen Regionen ist Schutz vor Mückenstichen unverzichtbar. Dazu gehören Repellentien mit min. 30% DEET, lange helle Kleidung, die Verwendung von Moskitonetzen sowie möglichst Unterkünfte mit Klimaanlage oder Insektenschutzgittern.
- Lokale Warnungen verfolgen: Vor Ort sollten Reisende aktuelle Informationen lokaler Behörden und Medien zu Extremwetter, Waldbränden, Überschwemmungen, Badeverboten oder Straßensperrungen beachten.
- Versicherungsschutz prüfen: Vor der Reise sollten die Auslandsrankenversicherung, Rücktransportregelungen sowie Bedingungen für Reiseabbruch geprüft werden.

PRESSEMITTEILUNG

Literatur:

- European Commission Joint Research Center. Potentially historic El Niño to come, analysis shows humanitarian toll. News Announcement. Juni 2026 Im Internet: [Potentially historic El Niño to come, analysis shows humanitarian toll - Joint Research Centre](#)
- World Meteorological Organization. El Niño set to become very strong, raising risks of extreme weather into 2027. Press release. Sept 2026. Im Internet: <https://wmo.int/news/media-centre/el-nino-set-become-very-strong-raising-risks-of-extreme-weather-2027>
- Anyamba A, Chretien JP, Britch SC, Soebiyanto RP, Small JL, Jepsen R, Forshey BM, Sanchez JL, Smith RD, Harris R, Tucker CJ, Karesh WB, Linthicum KJ. Author Correction: Global disease outbreaks associated with the 2015-2016 El Niño Event. Sci Rep. 2020 Oct 15;10(1):17737. doi: 10.1038/s41598-020-73760-3. Erratum for: Sci Rep. 2019 Feb 13;9(1):1930. doi: 10.1038/s41598-018-38034-z. PMID: 33060691; PMCID: PMC7567057
- World Health Organization. Public Health Situation Analysis El Niño Covering October-December 2023. Im Internet: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/emergencies/phsa-el-nino-2023_update-oct-2023.pdf?sfvrsn=84a74b22_2&download=true

Über die Deutsche Fachgesellschaft für Reisemedizin (DFR)

Die Deutsche Fachgesellschaft für Reisemedizin e.V. (DFR) wurde 1997 gegründet. Ihre aktuell rund 1.000 Mitglieder sind überwiegend als Ärztinnen und Ärzte in der Reise-, Arbeits- und Hausarztmedizin tätig. Als Fachgesellschaft setzt sich die DFR für die kontinuierliche Verbesserung der reisemedizinischen Beratung und Betreuung von Reisenden ein. Sie entwickelt Qualitätsstandards für die reisemedizinische Beratung, setzt sich für die Stärkung und Integration reisemedizinischer Inhalte in Aus-, Weiter- und Fortbildung von Ärzten und medizinischen Assistenzberufen ein und bietet Ärztinnen und Ärzten ein Fortbildungskonzept mit Zertifizierungsmöglichkeiten an. Reisende finden auf der Website der DFR zahlreiche Informationen rund um das Thema Gesundheit auf Reisen sowie eine Übersicht reisemedizinisch fortgebildeter Ärztinnen und Ärzte und Gelbfieberimpfstellen in Deutschland.

Pressekontakt:

Pressestelle DFR

Tel.: 0711 8931-693

E-Mail: DFR@medizinkommunikation.org