

## Söder bricht Indienreise ab: Magen-Darm-Infekt nach falscher Speise!

CSU-Chef Markus Söder bricht seine Indienreise wegen eines Magen-Darm-Infekts ab. Tipps zur Vorbeugung und Genesung.



**Indien** - Der bayerische Ministerpräsident Markus Söder hat seine Reise nach Indien abrupt abgebrochen. Der Grund hierfür ist ein Magen-Darm-Infekt, von dem er sich seit kurzem erholt. Söder teilte in den sozialen Netzwerken mit, dass er Vermutungen anstellt, dass er möglicherweise etwas Falsches gegessen hat. Der CSU-Chef gibt an, dass es ihm mittlerweile besser gehe und er sich auf den Rückflug nach Deutschland vorbereitet.

Aktuell beschränkt sich Söders Ernährung auf leicht verdauliche Nahrungsmittel wie Toast und Tee. In seiner Mitteilung bedankte er sich für die zahlreichen Genesungswünsche, die er während seiner Erkrankung erhalten hat. Der Vorfall wirft einen Schatten

auf die Reise, die ursprünglich für den Austausch mit indischen Partnern und die Stärkung der bilateralen Beziehungen geplant war.

## **Empfehlungen für Reisende**

Der Magen-Darm-Infekt bei Söder ist ein klares Beispiel für die potenziellen Gesundheitsrisiken, die Reisende in Ländern mit niedrigen Hygienestandards und hohen Temperaturen, wie Teilen Asiens, eingehen. Ernährungswissenschaftler Uwe Knop empfiehlt spezielle Vorsichtsmaßnahmen, um Magen-Darm-Erkrankungen vorzubeugen. Besonders wichtig sei die Wahl der Nahrungsmittel. Gekochte und gebratene Speisen haben ein deutlich geringeres Risiko, während rohe Lebensmittel potenziell gefährlich sein können.

Eine wichtige Empfehlung ist es, bei Essen und Trinken vorsichtig zu sein. So sollte in Hochrisikoregionen kein Leitungswasser konsumiert oder zur Reinigung von Obst genutzt werden; stattdessen sollte auf Flaschenwasser zurückgegriffen werden. Eine einfache Merkformel für die Lebensmittelsicherheit lautet: „Wasche es, schäle es, koche es – oder vergiss es“.

## **Risiken und Vorbeugung**

Magenbeschwerden können besonders für Menschen mit Vorerkrankungen, wie chronischen Entzündungen der Magenschleimhaut oder Diabetes, zu ernsthaften Problemen führen. Während des Reisens können verschiedene Faktoren, wie ungewohnte Ernährung, Stress und Alkohol, die Symptome verschärfen. Reisende sollten kleine und leichte Mahlzeiten bevorzugen und gefährliche Nahrungsmittel meiden.

Für Menschen mit empfindlichem Magen, wie Übergewichtige oder Schwangere, sind zusätzliche Vorsichtsmaßnahmen ratsam. Ständiges Erbrechen, Blut im Erbrochenen oder im Stuhl sowie heftige Bauchschmerzen sind Anzeichen, die einen sofortigen Arztbesuch erforderlich machen. Zudem sollten

Medikamente, die Magen-Darm-Beschwerden hervorrufen können, mit Vorsicht eingenommen werden.

Zusammenfassend zeigt Söders gesundheitliche Situation, wie wichtig es ist, bei Reisen in Risikogebiete gut auf seinen Körper zu achten und die Tipps zur Nahrungsmittelsicherheit zu befolgen, um unnötige Gesundheitsprobleme zu vermeiden. Die Erinnerungen an die Vorbereitungen und die Vorsichtsmaßnahmen können zukünftigen Reisenden wertvolle Lektionen bieten.

Weitere Informationen zu gesundem Reisen und Tipps zur Vorbeugung von Magen-Darm-Erkrankungen finden Sie auf [t-online.de](http://t-online.de), [focus.de](http://focus.de) und [tk.de](http://tk.de).

Details	
<b>Vorfall</b>	Gesundheitskrise
<b>Ursache</b>	Magen-Darm-Infekt, ungenügende Hygiene
<b>Ort</b>	Indien
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.t-online.de">www.t-online.de</a></li><li>• <a href="http://www.focus.de">www.focus.de</a></li><li>• <a href="http://www.tk.de">www.tk.de</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**