

## **Urlaubswarnung: Wo Leitungswasser gefährlich sein kann**

Erfahren Sie, in welchen Ländern das Trinken von Leitungswasser riskant sein kann und wie Sie sich beim Reisen schützen.

### **Wasserqualität im Urlaub: Wichtige Hinweise für Reisende**

Die Wahl des Wassers, das wir im Urlaub konsumieren, kann entscheidend für unsere Gesundheit sein. Jüngste Hinweise des ADAC können Reisenden helfen, besser vorbereitet zu sein und mögliche Gesundheitsrisiken zu vermeiden.

### **Risikoreiche Länder für Leitungswasser**

In einigen beliebten Urlaubsländern kann das Trinken von Leitungswasser problematisch sein. Der ADAC verweist auf Empfehlungen des Centers for Disease Control and Prevention (CDC), die Länder wie Albanien, Bosnien-Herzegowina, Bulgarien, Kosovo, Litauen, Lettland, Moldawien, Nordmazedonien, Rumänien, Serbien und die Türkei als potenzielle Risiken identifiziert. Hier sollten Reisende vorsichtiger sein und das Wasser aus dem Hahn besser meiden.

### **Tipps zur Wasseraufbereitung**

Um sicherzugehen, dass das Wasser, das man konsumiert, tatsächlich unbedenklich ist, empfiehlt die Techniker Krankenkasse, das Wasser vor dem Trinken abzukochen. Dies ist

besonders wichtig, da selbst vermeintlich sauberes Wasser durch unsichtbare Krankheitserreger verunreinigt sein kann. Ein sprudelndes Kochen für mindestens drei Minuten kann dazu beitragen, die Keime abzutöten. Bei Reisen in Höhenlagen ist zu beachten, dass Wasser dort bei niedrigeren Temperaturen kocht. Hier kann ein Dampfkochtopf nützlich sein.

## **Gesundheitliche Vorsichtsmaßnahmen**

Darüber hinaus sollte man auf Eiswürfel verzichten, da diese oft aus dem gleichen Leitungswasser hergestellt werden und viele Keime überstehen können. Die Techniker Krankenkasse weist auch darauf hin, dass Aufbereitetes Wasser, etwa für das Zähneputzen, weitaus sicherer ist und damit Krankheiten vorgebeugt werden kann.

## **Positive Beispiele für Wasserqualität weltweit**

Es gibt jedoch auch viele Länder, in denen das Leitungswasser eine gute Qualität aufweist. Zu diesen Ländern zählen Australien, Chile, Costa Rica, Japan, Kanada, Neuseeland, Saudi-Arabien, Südkorea und die USA. In diesen Gebieten können Reisende in der Regel unbesorgt aus dem Wasserhahn trinken, was den Komfort im Urlaub steigert.

## **Fazit: Informiert reisen**

Das Bewusstsein für die Wasserqualität im Ausland kann erheblich zur Gesundheit der Reisenden beitragen. Die Empfehlungen des ADAC und der Techniker Krankenkasse geben nützliche Hinweise, um sicherzustellen, dass der Austausch von Erlebnissen und Erinnerungen in einem unvergesslichen Urlaub nicht durch gesundheitliche Probleme beeinträchtigt wird. Informierte Reisende treffen bessere Entscheidungen und können ihren Urlaub gesund genießen.

Details

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