

Uganda: Reise- und Sicherheitshinweise

Stand - 21.04.2022

(Unverändert gültig seit: 23.03.2022)

Letzte Änderungen: Redaktionelle Änderungen

Info

Lagen können sich schnell verändern und entwickeln. Insbesondere die ~~COVID-19~~-Bestimmungen unterliegen laufenden Änderungen.

Wir empfehlen Ihnen:

- Verfolgen Sie Nachrichten und Wetterberichte.
- Achten Sie auf einen ausreichenden [Reisekrankenversicherungsschutz](#).
- Abonnieren Sie unseren [Newsletter](#) oder nutzen Sie unsere [App „Sicher Reisen“](#).
- Folgen Sie uns auf Twitter: [AA_SicherReisen](#)
- Registrieren Sie sich in unserer [Krisenvorsorgeliste](#).
- Erkundigen Sie sich vorab bei den [Behörden/Botschaften Ihres Reiselandes](#) zu den aktuell geltenden, verbindlichen Einreisebestimmungen sowie bei Flug- und Bahngesellschaften nach den geltenden Beförderungsbestimmungen.
- Beachten Sie unseren [Haftungsausschluss](#) und den Hinweis zu [Inhalten anderweitiger Anbieter](#).

Aktuelles

Anschläge

Im Oktober und November 2021 kam es zu mehreren Anschlägen in Uganda, zuletzt am 16. November 2021. Hierbei ereigneten sich im Zentrum von Kampala (Nakasero) zwei Bombenanschläge mit Todesopfern und Verletzten. Es besteht die Gefahr weiterer Anschläge. Auch Ausländer können davon betroffen sein.

- Halten Sie sich an die Anweisungen der Sicherheitsbehörden.
- Seien Sie insbesondere an belebten Orten wie Einkaufszentren sehr aufmerksam und besonders vorsichtig.
- Beachten Sie den [weltweiten Sicherheitshinweis](#).

~~COVID-19~~

Angesichts der weltweiten ~~COVID-19~~-Pandemie bestehen weiterhin Risiken bei internationalen Reisen, insbesondere für Personen ohne vollständigen Impfschutz. Hierzu mehr unter [COVID-19](#).

Einreise

Bestimmungen zur Einreise ändern sich mit der Pandemielage häufig. Bitte informieren Sie sich zusätzlich über die aktuellen Einreisebestimmungen bei einer offiziellen Stelle Ugandas, z.B. bei der [Botschaft Ugandas in Berlin](#).

Bei der Ein- und Ausreise an allen Grenzübergängen muss ein negatives PCR-Testergebnis vorgelegt werden. Der Abstrich für den Test darf nicht älter als 72 Stunden sein.

Ausreise und Transit

Der internationale Flughafen Kampala-Entebbe und die Grenzübergänge zu den Nachbarstaaten sind geöffnet. Momentan bestehen keine Einschränkungen bei internationalen Reiseverbindungen.

Beschränkungen im Land

Es besteht Maskenpflicht im öffentlichen Raum (im Innen- und im Außenraum) Abstandsregeln sind zu beachten.

Empfehlungen

- Achten Sie auf die Einhaltung der AHA-Vorschriften und befolgen Sie zusätzlich die Hinweise lokaler Behörden. Bei Verstößen gegen die Hygienevorschriften können hohe Geldstrafen verhängt werden.
- Informieren Sie sich über detaillierte Maßnahmen auf der Website des [ugandischen Gesundheitsministeriums](#), und [ergänzende Informationen der ugandischen Regierung](#).
- Erkundigen Sie sich bitte direkt bei Ihrer Fluglinie nach den aktuellen Beförderungsbedingungen, insbesondere nach eventuell erforderlicher COVID-19-Testung.
- Informieren Sie sich über lokale Medien und die [deutsche Botschaft in Kampala](#).

Sicherheit

Terrorismus

Wie in anderen Ländern der Region besteht die Gefahr möglicher Aktivitäten terroristischer Gruppen. In der Vergangenheit wurden in der Hauptstadt Kampala Bombenanschläge verübt, die Todesopfer und Verletzte forderten. Weitere Terroranschläge der somalischen Al-Shabab-Miliz in Kampala konnten vereitelt werden. Es ist weiterhin von einer Gefahr von Anschlägen auszugehen.

- Seien Sie insbesondere an belebten Orten wie Einkaufszentren und bei besonderen Anlässen sehr aufmerksam und vorsichtig.

- Beachten Sie den [weltweiten Sicherheitshinweis](#).

Innenpolitische Lage

Nach den Präsidentschaftswahlen im Januar 2021 und der Vereidigung von Präsident Museveni am 12. Mai 2021 warfen Teile der Opposition der Regierung Wahlbetrug vor und haben bislang das offizielle Wahlergebnis nicht akzeptiert. Die innenpolitische Lage hat sich beruhigt, politische Spannungen und vereinzelt auftretende spontane Kundgebungen sowie ein hartes Einschreiten der Sicherheitskräfte können jedoch nicht ausgeschlossen werden.

Unruhen in der Demokratischen Republik Kongo und im Südsudan wirken sich gelegentlich auf angrenzende Gebiete in Uganda aus, insbesondere durch Zustrom von Flüchtlingen. Damit verbunden ist eine starke Militärpräsenz in der Grenzregion. Gelegentliche Auseinandersetzungen kommen in unmittelbarer Grenznähe vor, so dass auch der Besuch der ugandischen Nationalparks in diesem Gebiet - insbesondere des Semliki-Nationalparks, des Rwenzori-Nationalparks und des südlichen Teils des Queen-Elizabeth-Nationalparks (Ishasha) - Gefahren bergen kann.

- Seien Sie bei Reisen innerhalb Ugandas stets vorsichtig und wachsam.
- Meiden Sie Demonstrationen und größere Menschenansammlungen grundsätzlich weiträumig und entfernen Sie sich umgehend, wenn Sie Auseinandersetzungen in Ihrer Nähe beobachten.
- Folgen Sie unbedingt den Anweisungen lokaler Sicherheitskräfte.
- Tragen Sie sich in die neue [Krisenvorsorgeliste ELEFANT 2.0](#) ein.
- Erkundigen Sie sich vor Besuchen der ugandischen Nationalparks im Südwesten und Westen unbedingt über die aktuelle Sicherheitslage vor Ort.
- Meiden Sie das unmittelbare Grenzgebiet zur Demokratischen Republik Kongo möglichst und beachten Sie die dortige [Teilreisewarnung](#).
- Seien Sie auch im Grenzgebiet zu Südsudan besonders vorsichtig und beachten Sie die dort geltende [Reisewarnung](#).
- Informieren Sie sich über die lokalen Medien.

Kriminalität

Die Kriminalitätsrate ist erhöht. Landesweit sind bewaffnete Überfälle, Autodiebstähle und –raub („Carjacking“) sowie Entführungen möglich, auch gegenüber Ausländern. Anfang April 2019 kam es zu einem bewaffneten Überfall und einer Entführung gegenüber einer Touristengruppe im südlichen Teil des Queen Elizabeth-Nationalparks in Ishasha.

Es kommt gerade in Kampala immer wieder zu, von Motorradtaxi-Fahrern verübten, Raubüberfällen auf Fußgänger. Diese Überfälle finden vermehrt auch tagsüber statt. Fußgänger werden von den schnell heranfahrenden „Boda-Bodas“ überrascht, brutal niedergeschlagen und ausgeraubt, oder es wird versucht, im Vorbeifahren die Handtasche oder den Rucksack zu entreißen. Dabei sind Verletzungen möglich.

Auch Kleinkriminalität wie Taschendiebstahl, Handtaschenraub und Hoteleinbrüche kommen regelmäßig vor. Die Gefahren sind bei Dunkelheit besonders groß.

Diebstähle aus Fahrzeugen können bei verkehrsbedingtem Halt im Straßenverkehr erfolgen, wie z.B. im Stau, an Kreuzungen bzw. im langsamen Verkehrsfluss.

Entlang der Grenze zu Kenia in der Region Karamoja sowie beim Besuch des Kidepo-Nationalparks nahe der südsudanesischen Grenze besteht ein erhöhtes Risiko von Übergriffen bewaffneter Banden.

- Verzichten Sie nach Einbruch der Dunkelheit auf Spaziergänge, insbesondere abseits der Hauptstraßen im Zentrum Kampalas.
- Seien Sie besonders aufmerksam, wenn Sie in Kampala zu Fuß unterwegs sind, und meiden Sie ruhige Nebenstraßen mit weniger Verkehr.
- Halten Sie Ihr Mobiltelefon nicht in der Hand und tragen Sie Ihre Tasche stets auf der straßenabgewandten Seite.
- Leisten Sie keinen Widerstand, wenn Sie ausgeraubt werden.
- Vermeiden Sie Nachtfahrten außerhalb von Kampala und der Hauptstrecke nach Entebbe.
- Halten Sie Fenster und Türen im Hotel wie auch in Fahrzeugen stets verschlossen und verriegelt und lassen Sie keine Wertsachen sichtbar liegen.
- Vermeiden Sie bei Reisen in die Region Karamoja im Nordosten einen Aufenthalt direkt an der Grenze zu Kenia.
- Halten Sie auch möglichst Abstand zur Grenze zu Südsudan und bewegen sich dort nur in Begleitung erfahrener Führer oder Reiseveranstalter.
- Bewahren Sie Geld, Ausweise, Führerschein und andere wichtige Dokumente sicher auf.
- Bevorzugen Sie bargeldlose Zahlungen und nehmen Sie nur das für den Tag benötigte Bargeld und keine unnötigen Wertsachen mit.
- Lassen Sie Getränke und Speisen in Lokalen nie unbeaufsichtigt.
- Seien Sie in größeren Menschenmengen wie an Flughäfen, an Bahnhöfen, auf Märkten und insbesondere im Kreuzungsbereich um den Clock Tower und die Industrial Zone in Kampala besonders aufmerksam und achten Sie auf Ihre Wertsachen.
- Seien Sie bei ungewohnten E-Mails, Gewinnmitteilungen, Angeboten und Hilfsersuchen angeblicher Bekannter skeptisch. Teilen Sie keine Daten von sich mit, sondern vergewissern Sie sich ggf. persönlich oder wenden Sie sich an die Polizei.

Natur und Klima

Uganda liegt in einer seismisch aktiven Zone, weshalb es zu Erdbeben und vulkanischen Aktivitäten kommen kann.

Mit den Virunga-Vulkanen im Ostafrikanischen Grabenbruch liegen acht Vulkane im Grenzgebiet zwischen Ruanda, Uganda und der Demokratischen Republik Kongo.

Im Hochland Ugandas herrscht tropisches Klima.

In den Regenzeiten, üblicherweise von März bis Mai sowie von September bis November, kommt es regelmäßig zu Überschwemmungen und Erdbeben und in der Folge zu erheblichen Verkehrsbehinderungen.

- Beachten Sie stets Verbote, Hinweisschilder und Warnungen sowie die Anweisungen lokaler Behörden.
- Machen Sie sich mit Verhaltenshinweisen bei Erdbeben und Vulkanen vertraut. Diese bieten die Merkblätter des [Deutschen GeoForschungsZentrums](#).

Reiseinfos

Infrastruktur/Verkehr

Die Verkehrswege können aufgrund von Maßnahmen im Zusammenhang zur Eindämmung von COVID-19 beeinträchtigt sein, siehe *Aktuelles*.

Es gibt ein Inlandsflugnetz und Busverbindungen.

Es herrscht Linksverkehr. Straßen sind teilweise in sehr schlechtem Zustand.

Es besteht eine erhöhte Unfallgefahr aufgrund technischer Mängel an Kraftfahrzeugen, ungenügender Beleuchtung und Tieren wie Personen auf den Straßen. Insbesondere nachts kommt es häufig zu schweren Unfällen oder Überfällen, auch auf Busse. Fahren auf dem Viktoria- und Albert-See verunglücken des Öfteren aufgrund von Überladung und/oder schlechten Sicherheitsstandards.

Die Sicherheitsvorkehrungen am Flughafen wurden verschärft, so dass längere Wartezeiten entstehen können.

Motorradtaxis („Boda Bodas“) und auch öffentliche Minibusse (sog. „Uganda Taxis“) erfüllen meist nicht westliche Sicherheitsstandards und haben dadurch ein deutlich erhöhtes Unfallrisiko.

- Unternehmen Sie Überlandreisen nur mit einem zuverlässigen Reiseunternehmen.
- Verzichten Sie auf Nachfahrten außerhalb von Kampala.
- Nehmen Sie für Fahrten von Kampala zum internationalen Flughafen Entebbe nur als seriös bekannte Taxi-Unternehmen, ggf. über Ihr Hotel oder Ihren Reiseveranstalter.
- Vermeiden Sie auch Fahren, die Ihnen überladen oder unsicher erscheinen.
- Sehen Sie von der Nutzung von Motorradtaxis („Boda Bodas“) und Minibussen („Uganda Taxis“) grundsätzlich ab.
- Seien Sie für Abflüge möglichst drei Stunden vor Abflug am Flughafen.

Führerschein

Der Internationale Führerschein ist erforderlich und nur in Verbindung mit dem nationalen deutschen Führerschein gültig.

LGBTIQ

Gleichgeschlechtliche sexuelle Beziehungen sind in Uganda seit der Kolonialzeit strafbar. Das Höchststrafmaß beträgt lebenslänglich. Seit Unabhängigkeit Ugandas ist keine gerichtliche Verurteilung auf der Grundlage dieser Strafvorschriften mehr erfolgt. Eine

aktive Verfolgung Homosexueller durch Staatsorgane im privaten Bereich findet nicht statt, jedoch gelegentlich im öffentlichen Raum. Homosexualität ist quer durch alle gesellschaftlichen Schichten hindurch stark tabuisiert. Dies gilt auch für den öffentlichen Austausch von Zärtlichkeiten unter Heterosexuellen. Deshalb ist dringend zurückhaltendes Verhalten in der Öffentlichkeit angezeigt.

- Beachten Sie die [allgemeinen Hinweise für LGBTIQ](#).

Rechtliche Besonderheiten

Drogendelikte werden schon bei Geringfügigkeit mit Strafen geahndet.

Es ist verboten, militärische und sicherheitsrelevante Einrichtungen (z.B. Flughafen, Brücken, Regierungsgebäude etc.) zu fotografieren.

Der Konsum von Alkohol verstößt nicht gegen die guten Sitten, sofern dieser in den entsprechenden Lokalitäten und nicht auf der Straße erfolgt.

Das Rauchen in öffentlichen Bereichen ist weitgehend verboten. Auch wenn die einschlägigen Gesetze meist nicht immer einheitlich angewandt werden, kann es in Einzelfällen bei Verstößen zu Bußgeldern oder Inhaftierungen kommen.

Die Einfuhr von (Foto-) Drohnen ist unabhängig von ihrer Größe nur nach vorheriger Genehmigung durch das ugandische Verteidigungsministerium gestattet. Das Reisegepäck wird vor dem Verlassen des Flughafens durchleuchtet und Drohnen werden u.U. konfisziert.

Geld/Kreditkarten

Landeswährung ist der Uganda-Schilling (UGX). Der Umtausch von EUR in Landeswährung ist am internationalen Flughafen Entebbe, in Kampala und in größeren Städten möglich. USD werden landesweit nur akzeptiert bzw. gewechselt, wenn es sich um neue Scheine (ab 2006) handelt. Kreditkarten werden von Fluggesellschaften sowie von Hotels und Touristenunterkünften der gehobenen Kategorie akzeptiert. An Geldautomaten verschiedener Banken kann mit der Visa-Karte Bargeld abgehoben werden, an Geldautomaten der Stanbic Bank und einiger anderer Banken auch mit der EC-Karte (Maestro). Diese Möglichkeit ist nicht immer verfügbar. Der Höchstbetrag, der mit Kredit- oder EC-Karte abgehoben werden kann, schwankt zwischen 500.000 und 3.000.000 UGX pro Tag.

Einreise und Zoll

Ein- und auch Durchreisebestimmungen können aufgrund von Maßnahmen zur Eindämmung von ~~COVID-19~~ derzeit abweichen, siehe *Aktuelles*.

Einreise- und Einfuhrbestimmungen für deutsche Staatsangehörige können sich kurzfristig ändern, ohne dass das Auswärtige Amt hiervon vorher unterrichtet wird. Rechtsverbindliche Informationen und/oder über diese Hinweise hinausgehende

Informationen zu den Einreise- und Zollbestimmungen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie nur direkt bei den [Vertretungen Ihres Ziellandes](#).

Die Zollbestimmungen für Deutschland können Sie auf der [Webseite des deutschen Zolls](#) und per [App „Zoll und Reise“](#) finden oder dort telefonisch erfragen.

Reisedokumente

Die Einreise ist für deutsche Staatsangehörige mit folgenden Dokumenten möglich:

- **Reisepass:** Ja
- **Vorläufiger Reisepass:** Ja
- **Personalausweis:** Nein
- **Vorläufiger Personalausweis:** Nein
- **Kinderreisepass:** Ja

Anmerkungen/Mindestrestgültigkeit:

Reisedokumente müssen im Zeitpunkt der Einreise noch mindestens sechs Monate gültig sein.

Pass oder Passkopie sollten Sie während des Aufenthalts stets mitführen.

Visum

Deutsche Staatsangehörige benötigen für die Einreise nach Uganda ein Visum.

Das Visum kann ausschließlich online über das [Uganda E-Immigration System](#) beantragt werden.

Dabei sind eingescannte Passkopien, Passbilder, Gelbfieberimpfungsnachweis und gegebenenfalls andere Nachweise hochzuladen.

Die Visumsgebühr hängt von der Art des Visums ab und wird im Antragsverfahren angezeigt. Ein Touristenvisum kostet derzeit 50 USD, die Gebühr muss vorab online bezahlt werden. Nach Überprüfung des Antrags erhalten Reisende einen „approval letter“ per E-Mail.

Das eigentliche Visum wird bei Vorlage von Pass, Originaldokumenten und Zahlungsnachweis bei Einreise erteilt.

Für die Beantragung anderer Aufenthaltstitel (z.B. „Entry Permit“ für Freiwillige) können andere Zahlungsmodalitäten gelten. Nähere Informationen bietet das [Uganda E-Immigration System](#).

Zur vorgeschriebenen Gelbfieberimpfung und weiteren Gesundheitsfragen bei Einreise siehe *Gesundheit*.

Überschreitung des Visums

Wird die bei Einreise in den Pass eingetragene Aufenthaltsdauer überschritten, ist pro Tag eine Geldbuße von 100 USD fällig.

- Prüfen Sie genau, welche Aufenthaltsdauer in Ihrem Pass bei Einreise eingetragen wird und beantragen Sie ggf. innerhalb dieses Zeitraums eine Verlängerung oder einen Ihrem Aufenthaltzweck entsprechenden Aufenthaltstitel.

Minderjährige

Es sind keine besonderen Bestimmungen für die Einreise von Minderjährigen bekannt.

- Beachten Sie ggf. die Hinweise für eine [Einverständniserklärung für Minderjährige](#).

Einfuhrbestimmungen

Devisen können in unbegrenzter Höhe eingeführt werden und sind nicht deklarierungspflichtig.

Die Einfuhr von Waffen und Drogen aller Art ist strikt verboten. Das Mitführen von einer Flasche Alkohol oder Wein ist abgabefrei.

Wertvolle elektronische Geräte sollten bei der Einreise deklariert werden, sofern der Umfang der mitgeführten Geräte den üblichen Rahmen von Reisegepäck übersteigt.

Die Einfuhr pornografischen Materials ist nicht gestattet.

Heimtiere

Bei der Einfuhr von Heimtieren ist ein maximal sechs Tage vor der Einreise ausgestelltes Gesundheitszeugnis eines zugelassenen Veterinärs mit dem Nachweis einer Tollwutimpfung mitzuführen, die mindestens 30 Tage und maximal 12 Monate vor der Einreise erfolgt sein muss.

Gesundheit

Aktuelles

Die Weltgesundheitsorganisation ~~WHO~~ hat die Erkrankung ~~COVID-19~~, die durch das Coronavirus SARS-CoV-2 ausgelöst wird, zur Pandemie erklärt.

- Beachten Sie die fortlaufend aktualisierten Informationen zu [COVID-19](#) sowie die Hinweise im [Merkblatt COVID-19](#), auf den Seiten der [WHO](#), des [RKI](#) und der [BZgA](#).

Masern

Die ~~WHO~~ hat im Januar 2019 das Verzögern oder Auslassen von Impfungen zur Bedrohung der globalen Gesundheit erklärt. Insbesondere der fehlende Impfschutz gegen Masern birgt bei international steigenden Fallzahlen ein hohes Risiko.

- Überprüfen Sie im Rahmen der Reisevorbereitung Ihren sowie den Impfschutz Ihrer Kinder gegen Masern und lassen diesen ggf. ergänzen.

Impfschutz

Impfbestimmungen können aufgrund von Maßnahmen zur Eindämmung von COVID-19 derzeit abweichen, siehe *Aktuelles*.

Der Nachweis einer [Gelbfieberimpfung](#) ist für alle Reisenden ab dem Alter von einem Jahr zwingend vorgeschrieben. Wegen der immer wieder vorkommenden Ausbrüche von Gelbfieber ist eine Impfung auch medizinisch sinnvoll.

Die Botschaft von Uganda in Berlin verlangt für die Visumerteilung ein Gelbfieberimpfnachweis, in dem eine lebenslange Gültigkeit explizit bestätigt wird.

- Stellen Sie einen vollständigen Impfschutz gegen Poliomyelitis (Kinderlähmung) sicher, siehe [Merkblatt Poliomyelitis](#).
- Achten Sie darauf, dass sich bei Ihnen und Ihren Kindern die Standardimpfungen gemäß [Impfkalender des Robert-Koch-Instituts](#) auf dem aktuellen Stand befinden.
- Als Reiseimpfungen werden Impfungen gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition auch gegen Hepatitis B, Typhus, Tollwut und Meningokokken-Krankheit (ACWY) empfohlen.
- Beachten Sie die Anwendungshinweise und Hilfen für die Indikationsstellung im [Merkblatt Reise-Impfempfehlungen](#).
- Aktuelle, detaillierte Reiseimpfempfehlungen für Fachkreise bietet die [DTG](#).

Zika-Virus-Infektion

Die vorrangig durch tagaktive *Aedes*-Mücken übertragene Infektion mit Zika-Viren kann in der Schwangerschaft zu Fehlbildungen beim Kind führen sowie neurologische Komplikationen beim Erwachsenen hervorrufen.

- Beachten Sie für Ihre Reise die Empfehlungen im [Merkblatt Zika-Virus-Infektion](#).

Malaria

Malaria wird durch dämmerungs- und nachtaktive *Anopheles*-Mücken übertragen. Unbehandelt verläuft insbesondere die gefährliche *Malaria tropica* bei nicht-immunen Europäern häufig tödlich. Die Erkrankung kann noch Wochen bis Monate nach Aufenthalt im Risikogebiet ausbrechen, siehe [Merkblatt Malaria](#).

- Stellen Sie sich beim Auftreten von Fieber während oder auch noch Monate nach einer entsprechenden Reise schnellstmöglich beim Arzt vor und weisen Sie ihn auf den Aufenthalt in einem Malariagebiet hin.

Landesweit und ganzjährig besteht ein hohes Übertragungsrisiko, verstärkt während der Monate maximalen Niederschlags (April bis Mai, November). *Plasmodium falciparum* (Erreger der *Malaria tropica*) wird in über 85% der Fälle nachgewiesen.

Schützen Sie sich zur Vermeidung von Malaria im Rahmen einer [Expositionsprophylaxe](#) konsequent vor Insektenstichen. Speziell sollten Sie auf folgende Punkte achten:

- Tragen Sie körperbedeckende, helle Kleidung (lange Hosen, lange Hemden).

- Applizieren Sie wiederholt Insektenschutzmittel auf alle freien Körperstellen, in den Abendstunden und nachts (Malaria).
- Schlafen Sie ggf. unter einem imprägnierten Moskitonetz.

Je nach Reiseprofil ist neben der notwendigen Expositionsprophylaxe zudem eine Chemoprophylaxe (Tabletteneinnahme) sinnvoll. Hierfür sind verschiedene verschreibungspflichtige Medikamente (z. B. Atovaquon-Proguanil, Doxycyclin, Mefloquin) auf dem deutschen Markt erhältlich.

- Besprechen Sie die Auswahl der Medikamente und deren persönliche Anpassung sowie Nebenwirkungen bzw. Unverträglichkeiten mit anderen Medikamenten vor der Einnahme mit einem Tropenmediziner oder Reisemediziner.
- Die Mitnahme eines ausreichenden Vorrats wird empfohlen.

HIV/AIDS

Durch sexuelle Kontakte, bei Drogengebrauch (unsaubere Spritzen oder Kanülen) und Bluttransfusionen besteht grundsätzlich ein hohes HIV-Übertragungsrisiko.

- Verwenden Sie stets Kondome, insbesondere bei Gelegenheitsbekanntschaften.

Durchfallerkrankungen

Bei Durchfallerkrankungen handelt es sich um häufige Reiseerkrankungen, siehe [Merkblatt Durchfallerkrankungen](#). Durch eine entsprechende Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene lassen sich die meisten Durchfallerkrankungen und auch Cholera (s.u.) jedoch vermeiden. Zum Schutz Ihrer Gesundheit beachten Sie daher folgende grundlegende Hinweise:

- Trinken Sie ausschließlich Wasser sicheren Ursprungs, nie Leitungswasser. Durch Kauf von Flaschenwasser mit Kohlensäure kann eine bereits zuvor geöffnete Flasche leichter identifiziert werden.
- Benutzen Sie unterwegs auch zum Geschirrspülen und Zähneputzen möglichst Trinkwasser.
- Falls kein Flaschenwasser zur Verfügung steht, verwenden Sie gefiltertes, desinfiziertes oder abgekochtes Wasser.
- Kochen oder schälen Sie Nahrungsmitteln selbst.
- Halten Sie unbedingt Fliegen von Ihrer Verpflegung fern.
- Waschen Sie sich so oft wie möglich mit Seife die Hände, stets jedoch vor der Essenzubereitung und vor dem Essen.
- Wenn möglich, desinfizieren Sie Ihre Hände mit Flüssigdesinfektionsmittel.

Cholera

Cholera wird über ungenügend aufbereitetes Trinkwasser oder rohe Lebensmittel übertragen und kann daher gut durch entsprechende Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene vermieden werden. Nur ein kleiner Teil der an Cholera infizierten Menschen erkrankt und von diesen wiederum die Mehrzahl mit einem vergleichsweise

milden Verlauf. Die Indikation für eine Choleraimpfung ist nur sehr selten gegeben, in der Regel nur bei besonderen Expositionen wie z.B. der Arbeit im Krankenhaus mit Cholerapatienten, siehe [Merkblatt Cholera](#).

- Lassen Sie sich hinsichtlich Ihres Risikoprofils ggf. durch einen Tropen- oder Reisemediziner beraten.

Virale hämorrhagische Fieber

Zu den in Uganda immer wieder auftretenden hämorrhagischen Fiebern zählen das Krim-Kongo-Hämorrhagische Fieber (CCHF) sowie die Gelbfieber-, Marburg Virus- und Ebola Virus-Infektionen.

Ein Charakteristikum dieser Virusinfektionen ist hohes Fieber, ausgeprägtes Krankheitsgefühl und eine Blutungsneigung. Die Erkrankungen sind mit einer hohen Sterberate assoziiert.

Gelbfieber wird durch tagaktive Stechmücken, CCHF, durch den Stich infizierter Zecken und beim Kontakt mit Blut und Fleisch infizierter Tiere übertragen.

Marburg- und Ebola-Infektionen treten in Zusammenhang mit Kontakten zu Fledermäusen bzw. Tieren und Fleisch von infizierten Tieren auf (bush meat). Infektionen nach dem Besuch von Fledermaushöhlen in Fort Portal in West-Uganda, sowie der „Python“-Höhle im Maramagambo-Wald, der Teil des Queen-Elizabeth-Nationalparks im Süden des Landes ist, sind bekannt geworden.

Für alle hämorrhagische Fieber (außer Gelbfieber) stellt der ungeschützte Kontakt zu Erkrankten, insbesondere deren Körperflüssigkeiten, ein hohes Risiko dar.

- Lassen Sie sich gegen Gelbfieber impfen.
- Meiden Sie Fledermaushöhlen und sonstige Ansammlungen dieser Tiere.
- Meiden Sie den Kontakt mit rohem Wildfleisch, insbesondere von Affen („bush meat“)
- Meiden Sie Schlachthöfe oder andere Tierschlachtungen und den Kontakt zu Tierblut.
- Wenden Sie Hautabwehrmittel gegen Mücken und Zecken an, auch tagsüber.
- Halten Sie sich von Krankenhäusern fern und meiden Sie erkrankte Personen und deren Körperflüssigkeiten.

Schistosomiasis (Bilharziose)

Die Bilharziose wird beim Baden, Waten oder anderen Freizeitaktivitäten im oder am Süßwasser durch das Eindringen der Wurmlarven durch die intakte Haut übertragen, siehe auch [Merkblatt Schistosomiasis](#).

- Sehen Sie vom Baden in Süßwassergewässern konsequent ab.

Afrikanisches Zeckenbissfieber

Eine nach der Malaria häufigste fieberhafte Infektionskrankheit nach Aufenthalt in afrikanischen Nationalparks ist das afrikanische Zeckenbissfieber (african tick bite fever).

Der Erreger, *Rickettsia africae*, wird durch z.T. sehr stechaggressive Zecken bei ungeschütztem Aufenthalt in Gras- und Savannenlandschaften übertragen. Die Erkrankung ist durch Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen und später durch einen Hautausschlag (Exanthem) gekennzeichnet. Charakteristisch ist die blutverkrustete Einstichstelle (Eschar), die oft zunächst nicht bemerkt wird. Doxycyclin zur Behandlung ist gut wirksam.

- Schützen Sie sich durch adäquate Kleidung, Insektenabwehrmittel und Körperkontrolle auf Zecken nach Rückkehr.

Schlafkrankheit (Afrikanische Trypanosomiasis)

In den Nationalparks des Landes, insbesondere dem Murchison-Falls National Park, kann es zu einer Infektion mit dem Erreger der Schlafkrankheit kommen, die durch große tagaktive Fliegen (TseTse) mit einem schmerzhaften Stich auch durch dünneren Stoff hindurch übertragen werden kann.

- Vermeiden Sie Fliegenstiche durch angemessenes Verhalten (u.a. Vorsicht bei Fahrten mit offenen Fahrzeugen) und entsprechende feste, lange Kleidung, auch stabiles Schuhwerk ist hier besonders angeraten.

Hepatitis E

Die Hepatitis E (infektiöse Gelbsucht, Virustyp E) ist eine weltweit, sporadisch und epidemisch vorkommende, oral übertragbare Virusinfektion der Leber. Ernsthafte Erkrankungen kommen besonders bei Schwangeren vor. Eine chronische Verlaufsform ist nicht bekannt. Die Infektion erfolgt durch mit menschlichen Fäkalien kontaminiertes Trinkwasser. Die genaue Bedeutung einer Ansteckung durch infizierte Lebensmittel wird derzeit noch analysiert, siehe [Merkblatt Hepatitis E](#).

- Da es eine Impfung gegen dieses Virus derzeit nicht gibt, sollten Sie insbesondere als Schwangere die o.g. Hygieneregeln beachten.

Nodding Disease

Diese bisher nur bei einheimischen Kindern auftretende Nervenerkrankung ist nur wenig erforscht. Infektion mit Filarien (Onchozerkiasis – Flußblindheit), Fehlernährung und genetische Faktoren oder eine Kombination von Ursachen wird vermutet. Für Reisende besteht keine Gefahr.

Gifttiere

In allen tropischen Ländern kommen eine Reihe teilweise gefährlicher Giftschlangen vor, deren Biss schwere Körperschäden (auch den Tod) bewirken kann. Viele Schlangen sind nachtaktiv, daher nachts möglichst nicht im Freien umherlaufen. Nicht in Erdlöcher oder -spalten, unter Steine bzw. Reisig, Zweige und ähnlich unübersichtliches Material greifen.

Auch kommen einige recht giftige Spinnen- und Skorpionarten, daneben auch andere Tiere mit potentiell starker Giftwirkung (z. B. bestimmte auffällig gefärbte Schmetterlingsraupen, Hundertfüßler) vor.

- Wie üblich in den Tropen gilt: Vorsicht, wohin man greift, wohin man tritt und wohin man sich setzt oder legt.
- Vor Benutzung von Bettdecken und -laken, Kleidungsstücken, Schuhwerk, Kopfbedeckungen entfernen Sie evtl. vorhandene giftige „Untermieter“ durch sorgfältiges Ausschütteln.

Weitere Gesundheitsgefahren

In Uganda kommt eine weitere große Zahl anderer Tropenerkrankungen vor (z. B. Leishmaniasis, Filariasis, zeckenübertragbare Erkrankungen, Wurmerkrankungen etc.)

Medizinische Versorgung

Die medizinische Versorgung im Lande ist mit Europa nicht zu vergleichen und kann technisch, apparativ und/oder hygienisch problematisch sein. Ein ausreichender Krankenversicherungsschutz mit einer Reiserückholversicherung ist dringend empfohlen. Versicherungen sollten sofort bei Behandlungsbeginn kontaktiert werden (Telefonnummer mitführen). Ungeachtet dessen hat der Patient fast immer Vorkasse zu leisten und später mit der Versicherung abzurechnen.

- Schließen Sie für die Dauer des Auslandsaufenthaltes eine Auslandsreise-Kranken- und Rückholversicherung ab. Ausführliche Informationen bietet die [Deutsche Verbindungsstelle Krankenversicherung - Ausland](#).
- Nehmen Sie eine individuelle Reiseapotheke mit und schützen Sie diese unterwegs gegen hohe Temperaturen, siehe [Merkblatt Reiseapotheke](#).
- Lassen Sie sich vor einer Reise durch tropenmedizinische Beratungsstellen, Tropenmediziner oder Reisemediziner persönlich beraten und Ihren Impfschutz anpassen, auch wenn Sie aus anderen Regionen schon Tropenerfahrung haben. Entsprechende Ärzte finden Sie z. B. über die [DTG](#).

Bitte beachten Sie neben dem generellen Haftungsausschluss:

- Alle Angaben sind zur Information medizinisch Vorgebildeter gedacht. Sie ersetzen nicht die Konsultation eines Arztes.
- Die Empfehlungen sind auf die direkte Einreise aus Deutschland in ein Reiseland, insbes. bei längeren Aufenthalten vor Ort, zugeschnitten. Für kürzere Reisen, Einreisen aus Drittländern und Reisen in andere Gebiete des Landes können Abweichungen gelten.
- Alle Angaben sind stets auch abhängig von den individuellen Verhältnissen des Reisenden und erfordern ggf. eine medizinische Beratung.
- Die medizinischen Hinweise sind trotz größtmöglicher Bemühungen immer nur ein Beratungsangebot. Sie können weder alle medizinischen Aspekte abdecken, noch alle Zweifel beseitigen oder stets vollkommen aktuell sein. Für Ihre Gesundheit bleiben Sie selbst verantwortlich.

Länderinfos zu Ihrem Reiseland

Hier finden Sie Adressen zuständiger diplomatischer Vertretungen und Informationen zur Politik und zu den bilateralen Beziehungen mit Deutschland.

[Mehr](#)

Weitere Hinweise für Ihre Reise

Haftungsausschluss

Planung und Antritt von Auslandsreisen stets in eigener Verantwortung!

Reise- und Sicherheitshinweise beruhen auf den zum angegebenen Zeitpunkt verfügbaren und als vertrauenswürdig eingeschätzten Informationen des Auswärtigen Amtes und werden fortlaufend aktualisiert. Hinweise auf besondere Rechtsvorschriften im Ausland betreffen immer nur wenige ausgewählte Fragen und stellen lediglich eine Hilfestellung seitens des Auswärtigen Amtes dar, sie können eine Information durch die zuständigen Stellen des jeweiligen Staates jedoch nicht ersetzen.

Gesetzliche Vorschriften können sich zudem jederzeit ändern, ohne dass das Auswärtige Amt hiervon unterrichtet wird. Bitte beachten Sie, dass Gefahrenlagen oft unübersichtlich sind und sich rasch ändern können. Auch daher können mit größter Sorgfalt recherchierte Informationen unzutreffend oder unvollständig sein. Das Auswärtige Amt empfiehlt deswegen, dass Sie sich vor Reiseantritt etwa an Ihren Transportdienstleister sowie die jeweils zuständige diplomatische oder konsularische Vertretung des Ziellandes wenden.

Bitte beachten Sie auch, dass die Entscheidung über den Antritt einer Reise letztlich immer in Ihrer alleinigen Verantwortung liegt. Eine generelle Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit sowie eine Haftung für eventuell eintretende Schäden wird nicht übernommen.

Das Auswärtige Amt rät dringend, die in den Reise- und Sicherheitshinweisen enthaltenen Empfehlungen zu beachten sowie einen entsprechenden Versicherungsschutz, z.B. einen Auslands-Krankenversicherungsschutz mit Rückholversicherung, abzuschließen. In diesem Zusammenhang wird darauf hingewiesen, dass Ihnen Kosten für erforderlich werdende Hilfsmaßnahmen nach dem Konsulargesetz in Rechnung gestellt werden.