

001 tr Abb.: rh



---

Kleine Tropenkunde

---

Unterwegs

---

Begegnungen

---

Ernährung

---

Gesundheitspflege

---

Gefahren

---

Aktivitäten

---

Anhang

## Reise Know-How im Internet

Aktuelle Reisetipps und Neuigkeiten  
Ergänzungen nach Redaktionsschluss  
Büchershop und Sonderangebote  
Weiterführende Links zu über 100 Ländern

[www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)  
[info@reise-know-how.de](mailto:info@reise-know-how.de)

Wir freuen uns über Anregung und Kritik.



Roland Hanewald  
**Handbuch für Tropenreisen**

„Zukünftig wird es nicht mehr darauf ankommen,  
dass wir überall hinfahren können,  
sondern ob es sich lohnt, dort anzukommen.“

*Hermann Hesse*

## Impressum

---

*Wir freuen uns über  
Kritik, Kommentare  
und Verbesserungsvorschläge.*

Roland Hanewald

### **Handbuch für Tropenreisen**

erschienen im

REISE KNOW-HOW Verlag,  
Osnabrücker Straße 79, 33649 Bielefeld

*Alle Informationen  
in diesem Buch  
sind vom Autor  
mit größter Sorgfalt  
gesammelt und vom  
Lektorat des Verlages  
gewissenhaft  
bearbeitet und  
überprüft worden.*

Herausgeber: Klaus Werner

© Peter Rump

**1. Auflage 2003**

Alle Rechte vorbehalten.

### **Gestaltung**

Umschlag: G. Pawlak, P. Rump (Layout), K. Werner (Realisierung)

Inhalt: G. Pawlak (Layout), K. Werner (Realisierung)

Fotos: der Autor (rh), Klaus Werner (Umschlag vorn)

*Da inhaltliche und  
sachliche Fehler  
nicht ausgeschlossen  
werden können,  
erklärt der Verlag,  
dass alle Angaben im  
Sinne der Produkthaftung  
ohne Garantie  
erfolgen und dass  
Verlag wie Autor  
keinerlei Verantwortung  
und Haftung  
für inhaltliche und  
sachliche Fehler  
übernehmen.*

### **Druck und Bindung**

Fuldaer Verlagsagentur

**ISBN 3-8317-1080-5**

Printed in Germany

Dieses Buch ist erhältlich in jeder Buchhandlung der BRD, Schweiz und Niederlande sowie Österreichs und Belgiens. Bitte informieren Sie Ihren Buchhändler über folgende Bezugsadressen:

*Die Nennung von  
Firmen und ihren  
Produkten und ihre  
Reihenfolge sind  
als Beispiel ohne  
Wertung gegenüber  
anderen anzusehen.  
Qualitäts- und  
Quantitätsangaben  
sind rein subjektive  
Einschätzungen des  
Autors und dienen  
keinesfalls der Bewertung  
von Firmen  
oder Produkten.*

### **BRD**

Proлит GmbH, Postfach 9, 35461 Fernwald (Annerod)  
sowie alle Barsortimente

### **Schweiz**

AVA-buch 2000, Postfach 27, CH-8910 Affoltern

### **Österreich**

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH  
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

### **Niederlande, Belgien**

Willems Adventure  
Postbus 403, NL-3140 AK Maassluis

Wer im Buchhandel trotzdem kein Glück hat, bekommt unsere Bücher direkt bei: **Rump Direktversand**, Heidekampstraße 18, D-49809 Lingen (Ems) oder über unseren **Büchershop im Internet:**

**[www.reise-know-how.de](http://www.reise-know-how.de)**

Roland Hanewald

# **Handbuch für Tropenreisen**

## Inhalt

8 Vorwort

### 10 Kleine Tropenkunde

---

- 12 Wo genau liegen die Tropen?
- 16 Die tropische Natur
- 23 Klima, Wetter und die optimale Reisezeit

### 28 Unterwegs in den Tropen

---

- 30 Weshalb eine Tropenreise?
- 31 Reisevorbereitungen
- 34 Fliegen
- 36 Andere Verkehrssysteme
- 38 Kulturschock
- 42 Kommunikation von unterwegs
- 42 Frauen unterwegs
- 45 Kinder in den Tropen

### 48 Begegnungen mit Tropenbewohnern

---

- 50 Schwarz und Weiß
- 51 Wilde?
- 53 „Wovon leben die nur alle?“
- 58 Familien, Frauen und Kinder
- 61 Sprachkenntnisse

### 62 Ernährung

---

- 64 Tropische Kulinarik
- 66 Probleme mit der Nahrungsumstellung
- 68 Herrliche Tropenfrüchte
- 69 Ein Prost auf das Wasser
- 74 Vorsicht, Gift!

## **76 Gesundheitspflege**

---

- 78 Grundlagen
- 80 Krankheiten und Beschwerden

## **100 Gefahren**

---

- 102 Die „gefährlichen“ Tropen
- 103 Naturgewalten
- 108 Gefährliches Landgetier
- 115 Gefährliches Seegetier
- 125 Gefährliche Pflanzen
- 126 Schutz vor Gewalt und Kriminalität

## **130 Aktivitäten**

---

- 132 Ist alles gleich „Sport“?
- 132 Bergsteigen
- 133 Radwandern
- 134 Segeln
- 134 Wellensurfen
- 136 Sandsurfen
- 136 Windsurfen
- 137 Tauchen, Schnorcheln
- 139 Wandern
- 140 In den Tropen arbeiten?

## **142 Anhang**

---

- 144 Tropenmedizinische Beratungsstellen
- 146 Reise-Infos aus dem Internet
- 148 Literaturtipps
- 156 Register
- 160 Der Autor