

## **Russland und seine Nachbarn eine unentdeckte Reisedestination im östlichen Europa**

Dr. Volker Schmidt, Regionalarzt in Moskau

"Der Tourismus zwischen Deutschland und Russland boomt! Trotz der Visa-Hürde sind jährliche Zuwachsraten von 10 und mehr Prozent die Regel. Aus Deutschland kommt die anteilig größte Gruppe der Reisenden nach Russland, die längst nicht mehr nur St. Petersburg und Moskau besuchen. Russland bietet viel, und wer sich von den Klischees der alten Ära befreit, kann Erstaunliches entdecken: Die schmackhafte russische Küche, gastfreundliche Menschen, beeindruckende, ja überwältigende Städte, vielfältige Landschaften und Weite. Mangelhafte Infrastruktur, Kommunikationsbarrieren und überhöhte Preise in den Großstädten erschweren die Individualreise, so daß häufig organisierte Gruppenreisen einen Großteil des Reiseaufkommens ausmachen.

Auch abseits der Städte beeindruckt Russland mit Sehenswürdigkeiten: Sibirische Weite mit dem Baikalsee und dem Altai-Gebirge, Flüsse, die wie Meere imponieren. Naturwunder im fernen Osten des Landes, hier zum Beispiel auf der Halbinsel Kamtschatka, runden das Angebot ab. Russland ist eine Welt für sich!

Auch die Nachbarländer müssen sich nicht verstecken: Das Baltikum mit seinen insgesamt gut erhaltenen Altstadtbezirken in Tallinn, Riga und Wilna, dazu mit herrlichen Ostseestränden und sauberen Nationalparks. Die Ukraine zeigt sich aktuell mit herausgeputzten Innenstädten und guter Infrastruktur. Das Mekka der Lebensfreude in Odessa sprudelt vor Vitalität und Schlaflosigkeit. Das Schwarze Meer erreicht zwar nicht die Badequalitäten des Mittelmeeres, hat aber seinen Charme und Reiz. Der Kaukasus ist für Mitteleuropäer politisch etwas undurchsichtig. Von einer Reise nach Georgien oder Armenien sollte man sich aber nicht abhalten lassen. Es lohnt sich!

Der Abschluss einer Reisekrankenversicherung mit Rückholoption für alle erwähnten Reisedestinationen ist dringend empfohlen. Die medizinische Versorgung in dieser Region des östlicheren Europas entspricht mit Ausnahme Estlands nicht mitteleuropäischen Standards. Die Mitnahme von Medikamenten kann bei Einreise besonders nach Russland von den Zollbehörden problematisiert werden (Mitnahme einer englischsprachigen Bescheinigung des verschreibenden Arztes notwendig). Denken Sie an Ihren Impfschutz (je nach Reiseland und Reiseziel unterschiedlich aufwendig)."