

Thailand voor beginners

Christine Schrijnemakers

© Ontwerp omslag: Vior Webmedia

© Foto omslag: Vior Webmedia

ISBN: 978-94-91164-77-4

© 2014

Thailand voor beginners

Christine Schrijnemakers

www.thailandvoorbeginners.nl

Druk: www.pumbo.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar worden gemaakt in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Voorwoord

Bedankt voor het aanschaffen van mijn boek, het meest complete Nederlandstalige boek over Thailand en Bangkok. Neem er de tijd voor, want als u zich nu goed 'inleest', verdubbelt straks uw vakantieplezier!

Thailand voor beginners' is een volstrekt onafhankelijke informatie boek, louter en alleen bedoeld om de reiziger naar Thailand objectieve informatie te verschaffen, als tegenwicht t.o.v. de vaak sterk gekleurde (soms zelfs misleidende en pertinent onjuiste) informatie van de reisbureaus en touroperators.

Ik, Christine Schrijnemakers auteur van dit boek, ben mijn hele leven al gefascineerd door reizen. Op jonge leeftijd reisde ik al door Europa en bezocht de grote metropolen van ons werelddeel. Nadat ik het rond 2000 wat rustiger aan ging doen, heb ik samen met mijn man, elk jaar meerdere tweemaandelijks Thailand olifanten ontdekkingsreizen gemaakt door heel Thailand, van Chiang Rai tot in Krabi en van Nong Khai tot op Koh Chang. Naarmate ik Thailand steeds beter leerde kennen en veel andere reizigers onderweg sprak, ontdekte ik hoe weinig veel vakantiegangers eigenlijk aan echte en vooral praktische feiten wisten over dit land, de Thais en hun gewoontes, en hoeveel slechte en soms zelfs onjuiste informatie en faliekante onzin door de touroperators en reisbureaus over deze argeloze vakantiegangers werd uitgestort.

Omdat schrijven mij nu eenmaal in het bloed zit besloot ik om in 2005 al mijn kennis en ervaringen van Thailand en Bangkok te verzamelen, en zag deze, niet geheel tot eigen verbazing, in korte tijd groeien tot een enorme omvang. Met recht een volstrekt uit de hand gelopen hobby.

Het boek is in drie delen opgedeeld. Het eerste deel gaat over Thailand in het algemeen. Het tweede deel is in zijn geheel toegewijd aan Bangkok. Het laatste deel is een verzameling van korte impressies die we hebben opgedaan tijdens onze reizen.

Veel lees plezier!

Christine Schrijnemakers



Deel 1

Thailand voor beginners

Voorwoord	3
1. Voor u naar Thailand gaat:	7
2. Vliegtickets en hotels boeken	20
3. Aankomst belangrijke tips	26
4. Eerste kennismaking.....	31
5. Uw veiligheid:.....	53
6. Geld en prijspeil	60
7. Hotel etc.	64
8. Ongemak en pech.....	68
9. Taxi's en ander vervoer	71
10. Winkelen	73
11. Uitgaan	79
12. Eten en drinken	82
BIJLAGE 1	91
BIJLAGE 2	92
BIJLAGE 3	95
BIJLAGE 4	97
BIJLAGE 5	98
BIJLAGE 6	99
BIJLAGE 7	100
BIJLAGE 8	105
BIJLAGE 9	107
BIJLAGE 11.....	110

1. Voor u naar Thailand gaat:

1.1 Groepsreis of individuele reis?

Groepsreizen

Als u reizen in een groep leuk vindt, dan zijn er bij de Nederlandse reisorganisaties talloze mogelijkheden om in 11 tot 22 dagen met een rondreis heel veel van het land te zien. Vele excursies zijn bij deze rondreizen inbegrepen.

In ieder geval zijn deze rondreizen vaak heel voordelig en doorgaans van prima kwaliteit. U verblijft in goede hotels, u wordt begeleid door goede gidsen, etc. U reist dan gedurende al die tijd met hetzelfde gezelschap, en daar hou je van of niet. Vaak eindigt zo'n rondreis met een meerdaagse strandvakantie, meestal in Pattaya/Jomtien, soms in Cha-Am/Hua Hin. Zit zo'n strandvakantie er niet aan vast, dan is er altijd wel een weekje verlenging in een van deze badplaatsen aan vast te knopen. Daarnaast bieden de Nederlandse reisorganisaties gecombineerde of thematische (rond)reizen aan zoals cultuurreizen, meerlanden-reizen (b.v. Thailand, Cambodja en Laos), op natuur gerichte reizen, avontuurlijke reizen (junglestreks), duikreizen, golfreizen etc.

Individuele reizen en 'Super-Individuele reizen', Startpakketten

Een aantal touroperators bieden individuele reizen aan; daaronder wordt verstaan één of meer meerdaagse tours of rondreizen op basis van een startpakket (vliegticket naar Bangkok). U kunt deze reizen dus zelf samenstellen met diverse 'bouwstenen', en u reist dan alleen of met uw eigen gezelschap van 2 of meer personen. Sommige tours maakt u dan wél met andere reizigers samen, maar nooit in een groot gezelschap (maximaal 7 personen). (zie onder "Vliegtickets en hotels boeken").

Super-Individuele reizen

Wij onderscheiden dan ook nog de "Super-Individuele reizen": u boekt een startpakket (vliegtickets naar Bangkok al dan niet in combinatie met 1 hotelovernachting) en regelt de rest geheel of gedeeltelijk zelf, al dan niet aangevuld met (meerdaagse) tours of een huurauto, of een auto of minibusje met chauffeur (en eventueel een gids). U reist dan gegarandeerd alleen met uw eigen groepje (2 of meer personen). Buiten het hoofdseizoen (dat loopt van november t/m februari) kunt u zelfs op de bonnefooi door Thailand reizen. De meeste hotels hebben dan altijd lege kamers, vaak extra voordelig. Uitzonderingen: 2 weken rond Chinees Nieuwjaar (midden februari), 2 weken rond Thais Nieuwjaar (Songkran, 2 weken rond 14 april), de Kerst/Nieuwjaarsperiode en de periode juli-augustus -dan is het ook in de hotels in Thailand druk vanwege de (school- en bedrijfs-)vakanties in West Europa.

Thailand leent zich uitstekend voor zulke Super-Individuele reizen, vooral omdat het openbaar vervoer wonderlijk goed geregeld is en bovendien belachelijk weinig kost (zie onder 'Taxi's en ander vervoer'). Treinen zijn ook supergoedkoop (voorbeeld: van Bangkok naar Chiang Mai -toch een reis van ruim 13 uur- kost met de 1e klas nachttrein in een coupé met airco en slaapcouchette nog geen 30 Euro enkele reis. En binnenlandse vluchten met Bangkok Airways of Thai Airways zijn eveneens verrassend voordelig (voorbeeld: van Bangkok naar Chiang Mai -1 uur vliegen- kostte ons 45 Euro pp enkele reis -in november 2006). Bovendien bestaat er in Thailand zoiets als 'ongeregelde charters': dit betekent dat u met iedere taxichauffeur of aanbieder van privévervoer (want er zijn vele taxivormen in Thailand) kunt onderhandelen over de prijs om u naar een bepaalde plek of plaats te brengen. Dat is vaak wonderlijk voordelig. Bijvoorbeeld: van Bangkok naar Pattaya (toch gauw zo'n twee uur rijden) kost u doorgaans niet meer dan E 25-30 voor 2 personen in een gecharterde taxi. Met maximaal 7 mensen in een minibusje kan het al voor zo'n 6 Euro per persoon! Zie voor meer informatie over vervoer onder "Taxi's en openbaar vervoer".

Ook de hotels in Thailand zijn aangenaam voordelig. U verblijft al in een 2-persoons airco kamer met bad/douche en privétoilet in een goed toeristenklasse ***hotel voor zo'n 15 Euro (per kamer!, dus voor 2 personen, per nacht), en dat is bijna altijd inclusief (riant) ontbijt! In een middenklasse ****hotel wordt dat 22 Euro per kamer voor 2 personen per nacht inclusief ontbijt; voor een DeLuxe kamer vanaf 24 Euro voor 2 personen per nacht inclusief ontbijt!

Zoals gezegd: elk soort reis, groepsreis, individuele reis of super-individuele reis kunt u in Nederland boeken.

1.2 Wat wilt u zien en doen?

Als u in relatief korte tijd veel van het land en z'n cultuur wilt zien, en wilt u liever niets zelf regelen, dan is een groeps- of individuele rondreis een goede keuze. Voor strandvakanties komen Phuket, Krabi, Koh Samui, Hua Hin/Cha Am, Koh Chang, Koh Samet en Pattaya in aanmerking (al is Pattaya een echte 'seksbestemming'). Op de meeste strandbestemmingen kunt u duiken (veel PADI-duikscholen) en snorkelen. Er zijn overigens veel meer strandbestemmingen op kleinere en vaak minder bekende eilanden (Koh Samet, Koh Chang); vele daarvan hebben echter minder comfortabele accommodaties, zodat ze wat minder geschikt zijn voor ouderen en gezinnen met kinderen en meer voor jongelui.

Ook zijn er mogelijkheden genoeg voor wie aan (jungle)trekking, rafting en andere sportieve activiteiten wil doen, met name in bestemmingen richting Chiang Mai/Chiang Rai en Birma. Als u bergen wilt beklimmen moet u in de buurt van Petchabun zijn. Daarnaast zijn er talloze natuur- en wildparken over het hele land verspreid; u kunt hiervoor ook speciale meerdaagse excursiereizen boeken.

De Isan is een streek ten oosten/noordoosten van Bangkok waar weinig toeristen komen en u het authentieke Thaise landleven nog kunt meemaken; een belevenis!

En dan is er natuurlijk altijd nog Bangkok, door velen verguisd als te druk en smerig vanwege de inderdaad nogal uitdrukkelijk aanwezige dieseldampen, maar in werkelijkheid een krankzinnige (in de zin van prettig gestoorde), chaotische metropool met 12 miljoen mensen. Waar, aan de voet van de pijlers van de snelwegen die dwars door de stad lopen en de Skytrain die daar weer overheen gaat, mensen gewoon op straat hun winkeltje of "foodstall" uitbaten of simpelweg wonen.

Los van de schitterende tempels en de weinig exotische, maar vaak imposante en soms zelf architectonisch heel mooie wolkenkrabbers, is -voor wie goed wil kijken- Bangkok echter ook een stad waar Azië met volle kracht op je neer dondert, en waar je te midden van al de chaos en herrie ineens in een betrekkelijke oase van rust op een lokaal marktje loopt of op het erf van één van de bewoners staat. Waar je dan altijd met een glimlach wordt begroet.

U leest meer over Bangkok verderop in dit boek.

1.3 Medische voorzorgsmaatregelen

Let op: De nieuwe zorgverzekering en een reisverzekering: er is veel veranderd! Voor meer informatie zie bijlage 1

Vermijd een dubbele verzekering

Om te beginnen: check bij uw ziekenfonds- of particuliere ziektekostenverzekeraar of u tijdens uw vakantie in Thailand verzekerd bent tegen medische kosten via uw lopende

verzekering; vaak is dat zo. Veel mensen weten dit niet en sluiten een reisverzekering met medische kosten af (of hebben een doorlopende reisverzekering met dekking van medische kosten), zodat ze dubbel betalen! Neem wèl het pasje (of polisblad) van uw ziekenfonds/ziektelastenverzekering mee!

Vaccinaties

Voor Thailand wordt een DTP-vaccinatie (Difterie, Tetanus, Polio) aanbevolen, evenals een vaccinatie tegen Hepatitis A. Ze zijn niet verplicht.

Raadpleeg tenminste zes weken voordat u naar Thailand gaat de dichtstbijzijnde GG&GD, of uw huisarts hierover (zie ook de links hieronder).

Travel Clinic: Thailand <http://www.travelclinic.com/266/thailand.htm>

LCR: Landelijk Coördinatiecentrum Reizigersadviesing <http://www.lcr.nl/>

Tropenzorg <http://www.careplus.nl/>

Malaria

Malaria komt in Thailand alleen nog in de grensgebieden met Birma, Laos en Cambodja voor, en in jungles. Het nemen van malariaprofylaxe (Lariam) is niet aan te bevelen vanwege de bijverschijnselen die bijna nog erger zijn dan de kwaal. Bovendien kunnen er bij het nemen van malariaprofylaxe zich symptomen voordoen die sprekend lijken op de symptomen van ... malaria!

Het volstaat dan ook als u goede voorzorgsmaatregelen neemt om te voorkomen dat u wordt gestoken, ook door 'gewone' muggen die u overal in Thailand kunt tegenkomen, uiteraard vooral in de buurt van stilstaand water.

Houd 's avonds armen en benen bedekt en smeer alle overblijvende blote huid goed in met een muggerwerend middel (muggermelk), bij voorkeur een middel waar DEET in zit. (Hoe hoger de concentratie DEET, hoe langer u beschermd bent - tot 8 uur bij 50% DEET). U vindt dit o.a. bij Tropenzorg (Care Plus), maar ook in Thailand: Jaico is wat de Thais zelf gebruiken, en dat is prima en goedkoop. Hetzelfde geldt voor Maxi DEET, ook verkrijgbaar in Thailand, dat een concentratie heeft van maar liefst 95% DEET en daardoor minder geschikt is voor kinderen.

Noot: spuit dunne kleding ook altijd in met uw DEET-middel, want muggen kunnen door dunne kleding heen steken.

Een klamboe is ideaal, maar ga die niet meesjouwen. Ze zijn in Thailand voor een habbekrats te koop en vele, zelfs de goedkoopste, hotels en guesthouses in malariagevoelige gebieden hebben hun bedden er standaard mee uitgerust. (In een airconditioned kamer zult u nooit een mug vinden; daar kunnen ze niet tegen!) Een beetje sprayen met Citronella, gebaseerd op citroengras (in Thailand te koop, kost bijna niks) helpt bovendien de muggen weg te houden en doet uw kamer heerlijk fris ruiken!

Reizigersdiarree

Korte perioden van diarree (reizigersdiarree) kunnen ontstaan door verandering van temperatuur, klimaat en andersoortig eten. Meestal is dit ongemak in twee dagen weer over. Neem in ieder geval een voorraadje Norit, Diacure of Loperamide mee. Let wel: Norit, Diacure en Loperamide zijn symptoombestrijders en handig voor als u reizigersdiarree heeft en toch reizen moet of iets wilt ondernemen: ze helpen tijdelijk, maar nemen de oorzaak niet weg. Bovendien vernietigen ze niet alleen de kwade darmflorabacteriën, maar ook de goede.

Om diarree te voorkomen is het aan te raden om dagelijks 1 tablet Orthisept (Orthica) te slikken. Dit middel bevat grapefruitsapextract dat schadelijke bacteriën en met name parasieten doodt zonder dat het de darmflora aantast.

Als extra maatregel kunt u 's avonds voor het slapen gaan ook nog Orthiflor Plus (Orthica) nemen. Dit is een darmbacteriepreparaat om de hoeveelheid goede bacteriën op peil te houden. Zo geeft u ziekteverwekkers minder kans. Ook nadat reizigersdiarree of bacteriële diarree is opgetreden, is het verstandig Orthiflor Plus (Orthica) te gebruiken om de darmflora weer op peil te brengen.

Bacteriële diarree (voedselvergiftiging)

Bij aanhoudende reizigersdiarree waarbij u zich ook wat ziekjes en slapjes voelt, of die 'explosief' is, (soms met gelijktijdig braken) is het waarschijnlijker dat u een bacteriële diarree heeft opgelopen (voedselvergiftiging). Dan heeft u antibiotica nodig. Die kunt u in Thailand in elke 'Pharmacy' zonder recept verkrijgen, dat is heel gewoon daar. Thaise apothekers (meestal Chinezen) fungeren voor veel mensen als 'halve' dokters; ze zijn zeer kundig op medicijngebied en hebben dan ook jarenlang gestudeerd en een zwaar staatsexamen moeten afleggen voordat ze hun vergunning kregen. Als u bacteriële diarree heeft en zelf naar zo'n apotheker gaat, hoeft u meestal niet eens iets te zeggen of te vragen: men ziet aan uw pipse gezicht meteen al wat er aan de hand is. Men zal u dan Norfloxacin geven (400 mg, twee per dag gedurende drie dagen) of Ciprofloxacin (500 mg, twee per dag gedurende 5 dagen). Beide middelen zullen ervoor zorgen dat u zich reeds na één dag beter voelt, maar altijd wél de kuur helemaal afmaken! Geven deze middelen geen verlichting binnen twee dagen, ga dan direct naar een arts, clinic of hospitaal.

Belangrijk bij zowel reizigersdiarree als bacteriële diarree: vanwege het grote vochtverlies moet u veel drinken om te voorkomen dat u uitdrogingsverschijnselen krijgt. Drink veel slappe thee met een beetje suiker, gewoon drinkwater uit een fles (niet ijskoud) of frisdrank die u zo lang heeft laten staan dat er geen belletjes meer zijn en dan ook nog aangevuld met evenveel drinkwater (niet ijskoud).

Uitdrogingsverschijnselen

Als u weinig urine produceert die bovendien heel sterk geconcentreerd is (en een sterke geur afgeeft), en/of last van kramp krijgt in uw kuit en tenen, dan heeft u uitdrogingsverschijnselen. Deze hebben niet direct te maken met de hoeveelheid vocht die u verloren heeft, maar met de mineralen en zouten (elektrolyten) die u door al dat vochtverlies ook verloren heeft. Dan heeft u ORS (Oral Rehydration Salts) nodig. Deze kunt u zowel in Nederland als in Thailand kopen. In Nederland is er o.a. Orisel van Nutricia en Care Plus van Tropicare. In Thailand zijn diverse merken te koop, soms met een aangenaam (citroen)smakje. U lengt het poeder gewoon aan met drinkwater (uit een fles, uiteraard).

Ook als u bovenmatig transpireert is het verstandig om elke dag, uit voorzorg, een glaasje water met ORS te nemen. Kwaad kan het in ieder geval niet!

DRINK NOOIT KRAANWATER IN THAILAND, ALLEEN WATER UIT FLESSEN WAARVAN DE VERZEGELDE DOP NOG INTACT IS. BADEN, DOUCHEN EN TANDENPOETSEN KAN WEL MET KRAANWATER, ZOLANG U HET NIET DOORSLIKT.

reisadviezen per land. Minbuza

<http://www.minbuza.nl/nl/reizenlanden/landen,thailand.html>

Wijs op reis: informatie over gezondheidsrisico's.

<http://www.minbuza.nl/nl/reizenlanden/wijsopreis,index.html>

Bijlage 2: Belangrijke aanvullende medische informatie van een deskundige over o.a. Malaria, DEET, Dengue-koorts, SARS (Vogelpest).