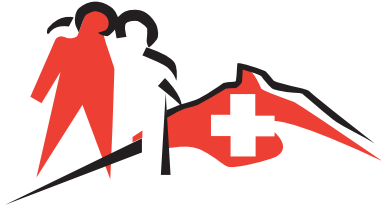


Gut vorbereitet reisen

Dr. med. B. Brand, 2008

Der Mensch ist heute sehr mobil, und es ist «in», alle Ecken der Welt zu erkunden. Auch der Hämophile will reisen und kann dies bei guter Vorbereitung und Auswahl der Reiseziele grundsätzlich genauso gut wie eine Person ohne Hämophilie. Welche Punkte gilt es zu beachten:

- ▶ Reiseziele. Nicht alle Destinationen sind gleich gut geeignet. Sicher kein Problem sind Europa, Nordamerika und Australien. In Südamerika, Asien und Afrika sollte geprüft werden, ob es in dem Land ein Hämophiliezentrum gibt. Adressen findet man unter www.wfh.org -> Resources -> Treatment Centre Directory -> Passport. Gibt es im Ziel-Reiseland kein Zentrum, empfiehlt es sich, mit dem Hämophiliezentrum in der Schweiz genau abzusprechen, wie im Fall eines Notfalls vorgegangen werden soll. Bei den Reisezielen sollten auch die klimatischen Bedingungen berücksichtigt werden (kein Wasserskifahren in der Antarktis oder 4 Wochen Kamelreiten in der Westsahara im Juli!)
- ▶ Reiseprogramm und Aktivitäten sollten «vernünftig» angepasst werden. Bei Gruppenreisen sollte geprüft werden, ob der Inhalt zur eigenen körperlichen Verfassung passt. Alleinreisende sollten sicherstellen, dass sie nicht völlig aus dem «Radar» verschwinden. Heute gibt es kaum noch Flecken auf der Erde ohne Handyempfang.
- ▶ Für bestimmte Destinationen werden Impfungen benötigt diese sind rechtzeitig zu planen, da es unterschiedlich lang benötigt bis der Impfschutz da ist. Mit einer Empfehlung zu einer Malariaprophylaxe sollte nicht leichtfertig umgegangen werden. Bei der Wahl des Präparates sollten andere Nebenwirkungen beachtet werden (zB. kann ein häufig verwendetes Malariamedikament Lariam® einen Abfall der Blutplättchen verursachen und ist deshalb bei Hämophilien abzuraten)
- ▶ Es ist empfehlenswert eine Notfallapotheke mitzuführen.
- ▶ Unabhängig von der Reisedestination und der in diesem Land verfügbaren Behandlung sollte immer ein ausreichender Bedarf der eigenen Faktorpräparate mitgeführt werden. Oft sind die Produkte (oder der Name) im Ausland doch verschieden, teilweise sind sie teurer (USA) und es kann zu Problemen bei der Kostenübernahme durch die Krankenkasse kommen. Grobe Regel für die empfohlene Menge: üblicher Bedarf während Anzahl Wochen Aufenthaltsdauer plus ein Drittel Reserve.
- ▶ Milde Hämophile sollten sich unbedingt von ihrem Zentrum beraten lassen. Sei sind im Notfall ja noch mehr als der schwere Hämophile, der seine Faktoren selber spritzt auf eine medizinische Hilfe angewiesen. Je nach Reiseziel und Aktivitäten müssen individuelle Vorkehrungen getroffen werden.
- ▶ Transport der Gerinnungsprodukte: immer im Handgepäck! Im Frachtraum sind die Temperaturbedingungen ungünstig und es besteht ein erhebliches Risiko, dass der Koffer zu spät oder gar nicht ankommt. Da die Flüssigkeitsmengen bei der Sicherheitskontrolle am Flughafen limitiert sind und diese in der Regel «offen» gezeigt werden müssen, haben wir mit der Sicherheitskontrolle des Zürcher Flughafens vereinbart, dass die Patienten spezielle Zeugnisse über die Wichtigkeit des Mitführens der Medikamente im Handgepäck erhalten. Seit dieser Massnahme passierten alle Patienten ungehindert durch die Sicherheitskontrolle. Auch in Basel und Genf wurden solche Vereinbarungen getroffen. Die Patienten sollen sich rechtzeitig für die Ausstellung bei ihrem Hämophiliezentrum melden.



Schweizerische Hämophilie-Gesellschaft
L'Association Suisse des Hémophiles
La Società svizzera di emofilia

MED
Seite 2 von 2

- ▶ Baxter hat zum Reisen eine sehr handliche Broschüre mit weiteren wertvollen Tipps verfasst, die auf der Geschäftsstelle bestellt werden kann.

Nun wünsche ich Ihnen allen ganz herzlich schöne und erholsame Ferien.