

Unbeschwert Reisen
mit **Hämophilie** –
Ihr Reisebegleiter

Für einen erholsamen und stressfreien Urlaub ist eine gute Vorbereitung das Wichtigste. Die Hämophilie ist kein Hindernis, wundervolle Ferientage zu geniessen.

Informieren Sie sich über Ihr Reiseziel, besorgen Sie sich die erforderlichen Dokumente/Formulare und planen Sie Ihre Behandlung sorgfältig, damit Ihre Ferien ein voller Erfolg werden.

In dieser Broschüre finden Sie wertvolle Informationen, Tipps und Tricks.



Planen Sie im Voraus

Informieren Sie Ihr Hämophilie-Behandlungszentrum in der Schweiz, wenn Sie eine Reise planen **mindestens 3 Wochen** vor Reiseantritt.

Warum ist es wichtig, das Hämophilie-Behandlungszentrum zu informieren?

Ihr Hämophilie-Behandlungszentrum hilft Ihnen, die erforderlichen Reise-Dokumente (z.B. das nötige ärztliche Attest) rechtzeitig zu besorgen.



Welche Dokumente sind notwendig?

- **Hämophilie-Notfallausweis:** Ausser Ihrem Reisepass/ Personalausweis ist der Hämophilie-Notfallausweis ein wichtiges Dokument. Sie müssen ihn immer mit sich führen.
- **Ärztliches Attest** (medical certificate): Bei Auslandsreisen benötigen Sie zusätzlich zum Hämophilie-Notfallausweis ein ärztliches Attest. Sie erhalten das Attest bei Ihrem Hämophilie-Behandlungszentrum.
- **Impfausweis:** Je nach Reiseziel.



Tip: Informieren Sie sich bei Ihrer Fluggesellschaft über die Handhabung beim Reisen mit Medikamenten. Jede Gesellschaft hat ihre eigenen Richtlinien und gibt Ihnen gerne Auskunft darüber.

Informieren Sie sich

Ist das Reiseziel ausgewählt, sollten Sie sich genauer über Ihre Urlaubsdestination informieren.

Vor allem Länder wie die USA oder Asien können sehr strikte Vorgaben beim Einreisen mit Medikamenten haben.

Wo befindet sich am Reiseziel ein Hämophilie-Behandlungszentrum?

Lassen Sie sich hierzu in Ihrem Behandlungszentrum in der Schweiz beraten. Auf folgenden Websites finden Sie Kontaktdaten und Adressen der nächstgelegenen Behandlungszentren Ihres Reiseziels:

- Welthämophilieverband: www.wfh.org
- Europäische Website der Hämophilie-Behandlungszentren: www.euhanet.org

Sind bestimmte Impfungen notwendig?

Je nach Zielland/-region können bestimmte Impfungen erforderlich sein. Informieren Sie sich deshalb frühzeitig, **etwa 3 Monate vor Abreise**, bei Ihrem Hausarzt/Kinderarzt über empfohlene Impfungen. In einigen Fällen, insbesondere für Reisen in tropische Länder, kann ein Besuch zum Zentrum für Reisemedizin empfohlen werden. Weitere Informationen finden Sie unter: www.safetravel.ch

Kostenübernahme im Ausland?

Informieren Sie sich vor Reiseantritt zudem über die Regelungen zur Erstattung von Spitalaufenthalten oder für eine Rückführung in die Schweiz.

Achtung: Faktorpräparate werden in Ihrem Reiseland nicht unbedingt bezahlt!



Tipp: Fotografieren Sie alle wichtigen Dokumente (z.B. Ausweispapiere, Versicherungspolice, Rezepte, ärztliche Bescheinigungen) und speichern Sie diese auf Ihrem Mobil-Telefon oder Computer ab. Zusätzlich sollten Sie sich und der allfälligen Begleitperson die abfotografierten Dokumente als E-Mail oder Bilddatei zusenden.

Faktorpräparate

Welche Menge ist mitzunehmen?

Nehmen Sie Ihre eigenen Faktorpräparate mit. Es ist nicht garantiert, dass Ihr Faktorpräparat in Ihrem Reiseland erhältlich ist.

- Prophylaxe: Nehmen Sie über den üblichen Bedarf hinaus circa 30% mehr Faktorpräparate für den Notfall mit.
- On-demand (Bedarfsbehandlung): Lassen Sie sich in Ihrem Behandlungszentrum beraten.

Wie sollen die Präparate transportiert und aufbewahrt werden?

- Jedes Faktorpräparat ist anders. Bitte prüfen Sie daher die Aufbewahrungstemperatur sowie die Haltbarkeitsdauer Ihrer Präparate.

Erfahrungsberichten von direkt Betroffenen zufolge ist bekannt, dass:

- es oft hilfreich ist, den Hauptteil der Präparate im Hotelzimmer zu deponieren.
- sie bei Ausflügen ausserhalb der Hotelanlage oft eine beschränkte Menge an Gerinnungsfaktor bei sich tragen.

Tipp: Bei einer Reise die Medikamente immer auf mehrere Gepäckstücke aufteilen. Dadurch kann das Risiko durch Verlust bei Diebstahl (z.B. am Flughafen/ aus dem Auto/im Hotel etc.) etwas minimiert werden.



Tipp: Bei Autoreisen die Gerinnungsfaktoren nicht ausschliesslich im Kofferraum lagern. Unter Umständen könnte aufgrund eines Auffahrunfalls der Kofferraum nicht mehr zugänglich sein.

Achtung: Denken Sie daran, Ihre Spritzen/Nadeln immer sicher zu entsorgen!

Reiseapotheke

Stets sinnvoll ist die Mitnahme einer kleinen Reiseapotheke, welche Sie je nach Reiseland anpassen können. Zusätzlich zu einem ausreichenden Vorrat an Faktorpräparaten sind zu empfehlen:

- Cyklokapron® und eventuell Octostim®
- Schmerzmittel und Medikamente gegen Fieber (auf Paracetamolbasis, z.B. Acetalgin® oder Panadol®)
- Ein ausreichender Vorrat der Medikamente, welche Sie regelmässig einnehmen (mit dazugehörigen Rezepten)

Wichtig: Drucken Sie die Liste zulässiger sowie verbotener Medikamente aus. Ein Beispiel der Liste finden Sie auf der Seite der Schweizerischen Hämophilie-Gesellschaft: www.shg.ch



Tipp: Bei einem grossen Unfall oder Verdacht auf Hirnblutung kontaktieren Sie die Rega unverzüglich.

Die goldene Regel:
Denken Sie daran, im Zweifelsfall zu substituieren.

Checkliste

Nachfolgend finden Sie eine Liste der Dokumente, die Sie auf keinen Fall vergessen sollten:

- Reise-/Personalausweis
- Hämophilie-Notfallausweis
- Ärztliches Attest
- Faktorpräparat
- Krankenversicherungskarte
- Kontaktadresse und Telefonnummer Ihres Hämophilie-Behandlungszentrums in der Schweiz
- Adresse des Hämophilie-Behandlungszentrums in der Region Ihres Reiseziels
- Falls notwendig: Impfausweis
- Reiseapotheke

Diese Broschüre wurde abgegeben von:



Swedish Orphan Biovitrum AG, Messeplatz 10, 4058 Basel
Tel. +41 41 220 24 40, Fax: +41 41 220 24 41, mail.ch@sobi.com, www.sobi.com