



Reisetipps für Patienten mit Schmerzsyndrom

Ein Schmerzsyndrom schliesst eine Reise grundsätzlich nicht aus. Für eine möglichst erholsame Reisezeit sollten jedoch einige Vorkehrungen getroffen werden, vor allem was Ihre Reiseapotheke betrifft. Nicht alle Medikamente, insbesondere starke Schmerz- und Beruhigungsmittel, können problemlos überallhin mitgenommen werden. Besprechen Sie mit Ihrem Hausarzt frühzeitig Ihre Reisepläne. Er kann Ihre Reisefähigkeit einschätzen und Ihnen Tipps geben.

Reiseziel

Klären Sie ab, wo am Reiseort der nächste Arzt, die nächste Apotheke, das nächste Spital ist und ob Ihre Medikamente dort für den Notfall erhältlich sind. Lassen Sie sich dafür vorsorglich internationale Rezepte mit dem Wirkstoffnamen auf Englisch ausstellen. Beachten Sie, dass Medikamente mit dem gleichen Markennamen im Reiseland nicht immer dieselben Wirkstoffe enthalten. Je nach Reiseland kann das Einführen von starken Schmerzmedikamenten, insbesondere betäubungsmittelhaltigen, problematisch sein. Ihr Arzt oder Apotheker kann Ihnen eine Bescheinigung für Ihre Medikamente ausstellen. Reisen Sie in Länder ausserhalb des Schengen-Raums, sollten Sie direkt beim Konsulat oder bei der Botschaft abklären, welche Medikamente Sie mitnehmen dürfen und welche Bescheinigungen Sie dafür benötigen.

Impfungen

Fragen Sie Ihren Arzt frühzeitig, welche Impfungen Sie für das gewählte Reiseziel brauchen.

Medikamente

Nehmen Sie lieber mehr Medikamente mit als nur die genau benötigte Menge. Mengen für bis zu 30

Behandlungstage sind erlaubt. Nehmen Sie möglichst alle Medikamente samt Beipackzettel ins Handgepäck. Einerseits, weil das Gepäck manchmal verspätet oder gar nicht ankommt, und andererseits, weil Reisen manchmal auch ungeplant länger dauern können. Zudem können die Temperaturen im Gepäckraum des Flugzeugs bis unter den Gefrierpunkt sinken, was den Medikamenten schaden kann. Manche Medikamente sind hitze-, kälte- oder feuchtigkeitsempfindlich. Fragen Sie Ihren Arzt, welche Medikamente Sie auf Ihrer Reise wie am besten lagern können.

Bei Medikamenten in Tropfenform gilt die 100-ml-Beschränkung für die Sicherheitskontrollen am Flughafen nicht. Sie dürfen grundsätzlich die Menge mitnehmen, die Sie für die Reise brauchen. Wenn Sie auf Opiode angewiesen sind, sollten Sie immer eine spezielle Bescheinigung dabei haben. Fragen Sie auch die Fluggesellschaft, ob Sie die Medikamente im Handgepäck mitnehmen können.

Medikamenteneinnahme

Je nach Reiseziel und Flugdauer entsteht eine Zeitverschiebung. Planen Sie die damit einhergehende Verschiebung für Ihre Medikamenteneinnahme voraus. Das gilt auch für die Rückreise. Schreiben Sie auf, wann Sie welche Medikamente eingenommen haben.

Versicherung

Schliessen Sie eine Zusatz- oder Reisekrankenversicherung ab, falls Ihre Krankenkasse für die Kosten im Reiseland und für einen allfälligen medizinischen Transport nicht aufkommt. Stellen Sie sicher, dass Ihre Versicherung auch den Fall einer Verschlechterung einer chronischen Erkrankung einschliesst.

Schliessen Sie zudem eine Reiseannulationsversicherung inklusive Reiseabbruch und Rücktransport ab für den Fall, dass Sie die Reise kurzfristig absagen oder abrechnen müssen oder einen Rücktransport in die Schweiz benötigen.

Führen Sie die Krankenversicherungskarte von Ihrer

Krankenkasse mit, bei der Sie die Grundversicherung abgeschlossen haben. Die Rückseite ist eine Europäische Versicherungskarte. Damit haben Sie in Ländern der EU/EFTA Anspruch auf unvorhergesehene medizinische Behandlungen.

Nützliche Informationen



Opioidausweis



Vorlage für ärztliche Bescheinigung für Betäubungsmittel



Reisemedizinische Beratung safetravel.ch



Wer eine Reise tut (Broschüre des Eidg. Departements für auswärtige Angelegenheiten EDA)



Reisehinweise und Vertretungen (EDA)



Gesundheitsprachführer für Ihre Ferien (Englisch, Französisch, Italienisch, Portugiesisch oder Spanisch)

Diese Dokumente im Handgepäck mitführen

- Name, Telefonnummer und E-Mail-Adresse des behandelnden Arztes für allfällige Rückfragen
- ärztliche Bescheinigung mit der Bestätigung, dass man regelmässig auf die Einnahme der Medikamente für den persönlichen Gebrauch angewiesen ist (auf Englisch)
- ärztliche Bescheinigung zur Einfuhr von eventuell bewilligungspflichtigen Medikamenten ins Reise-land (auf Englisch)
- bei betäubungsmittelhaltigen Medikamenten: Bescheinigung für Schengen beziehungsweise für alle anderen Länder
- Liste der aktuell verwendeten Medikamente und alle dazugehörigen Beipackzettel
- Liste mit Notfallnummern
- Impfausweis
- Europäische Krankenversicherungskarte

Dieser Artikel wurde von TCS MyMed erstellt, der medizinischen Plattform des TCS. Mehr Information: www.tcs-mymed.ch