

IHRE HEMLIBRA® CHECKLISTE

REISEN MIT HÄMOPHILIE A



CHECKLISTE: REISEN MIT HÄMOPHILIE A

Damit Sie Ihren Urlaub unbeschwert genießen können, ist es wichtig, vorher alles ordentlich zu planen und für Notfälle gerüstet zu sein. Diese Checkliste hilft Ihnen dabei. Zudem können Sie Ihre Reisepläne vorab mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem behandelnden Arzt besprechen.



Folgende Punkte sollten Sie vor Ihrer Reise mit Ihrem Hämophilie-Zentrum klären:

- Welche Medikation ist für die Behandlung von akuten Blutungen geeignet?
- Welche Menge sollten Sie davon mitführen?
- Wie sind die Transport- und Lagerbedingungen?
- Sind zusätzliche Medikamente zur Selbstmedikation von Blutungen oder Verletzungen sinnvoll?
- Ist Ihr behandelnder Arzt oder Ihre behandelnde Ärztin während Ihrer Reise erreichbar? Wenn nein, wer ist die Vertretung?



Transport und Lagerung von HEMLIBRA®



Um die Wirksamkeit von HEMLIBRA® zu gewährleisten, müssen Sie Folgendes beachten:

- Verbrauchen Sie HEMLIBRA® vor Ablauf des MHD
- Bewahren Sie HEMLIBRA® in der Originalverpackung auf
- Lagern Sie HEMLIBRA® im Kühlschrank zwischen 2 und 8 °C
- Schützen Sie HEMLIBRA® vor Licht
- Nicht einfrieren und nicht schütteln
- HEMLIBRA® darf nicht wärmer als 30 °C werden
- Holen Sie HEMLIBRA® 15 Minuten vor der Injektion aus dem Kühlschrank, damit es Raumtemperatur annehmen kann
- Injizieren Sie das Medikament, sobald Sie es in die Spritze aufgezogen haben – sonst müssen Sie es verwerfen



Ungeöffnet kann HEMLIBRA® für 7 Tage bei Raumtemperatur gelagert werden

Informieren Sie sich vor Ihrer Reise, ob es an Ihrem Urlaubsort die Möglichkeit gibt, Ihre Medikamente ordnungsgemäß zu verwahren und zu kühlen. Falls Sie Ausflüge planen, denken Sie auch an eine kleine Kühltasche für unterwegs.

Bei Flugreisen sollten Sie Ihre Medikamente mit ins **Handgepäck** nehmen. So können sie einerseits nicht verloren gehen und Sie haben sie bei Bedarf zur Hand. Andererseits können Sie die Temperatur besser kontrollieren. Mit einer entsprechenden **Bescheinigung** dürfen Sie auch das Zubehör inklusive Nadeln und Spritzen mit an Bord nehmen. Am besten kontaktieren Sie die Fluggesellschaft schon vor Ihrer Reise, um einen reibungslosen Ablauf zu ermöglichen.



Wichtige Dokumente



Manche der folgenden Dokumente sollten Sie im Urlaub immer bei sich haben, andere benötigen Sie z. B. nur bei Flugreisen. Hier finden Sie eine Übersicht der wichtigsten Bescheinigungen für Ihre Reise:

- Ausweis/Reisepass
- Internationaler Hämophilie-/Notfallausweis – sind alle Daten aktuell?
- Versichertenkarten und Bescheinigung der Auslandskrankenversicherung
- Impfpass – benötigen Sie für das Reiseland besondere Impfungen?
- Visitenkarte mit den Kontaktdaten Ihres Hämophilie-Zentrums, der behandelnden Ärztin oder des behandelnden Arztes
- Reise- und Zollbescheinigung von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt (für Medikamente und Zubehör)
- Ggf. den letzten Arztbrief mitnehmen
- Originalverpackung und Beipackzettel der Hämophilie-Medikamente – hilft bei Missverständnissen
- Ggf. Schwerbehindertenausweis

Zusätzlich sollten Sie sich die Kontaktdaten und Adressen der Hämophilie-Zentren notieren, die sich in der Nähe Ihres Urlaubsortes befinden und diese ggf. vorab kontaktieren. Die World Federation of Hemophilia (WFH) führt ein weltweites Verzeichnis, in dem Sie nach Adressen in Ihrem Urlaubsland suchen können. Überprüfen Sie vor Reiseantritt diese Daten sicherheitshalber auf Aktualität.



Speziell für Sie als HEMLIBRA®-Patient haben wir im Hemcoach die wichtigsten Dokumente, die Sie für eine Reise benötigen, zum Bestellen oder Downloaden zusammengestellt:

- HEMLIBRA® Patientenpass
- HEMLIBRA® Emergency Card in englischer Sprache
- Zollbescheinigung für Ihre HEMLIBRA®-Medikamente
- HEMLIBRA® Notfallpass fürs Handy

Ebenfalls hilfreich kann der Notfallausweis für Auslandsreisen der irischen Hämophiliegesellschaft sein. Dort finden Sie auch einige wichtige Sätze für den Notfall in verschiedenen Sprachen.



Viele Informationsmaterialien rund um Ihre HEMLIBRA®-Behandlung finden Sie im Hemcoach-Servicebereich.



Das gehört in Ihre Reiseapotheke



Damit Sie auf der sicheren Seite sind, sollten Sie immer genügend Medikamente für Ihre Behandlung dabei haben – egal ob für die Prophylaxe oder für akute Blutungen. Die genaue Menge ergibt sich aus der Reisedauer und dem Reiseziel. Vergessen Sie nicht, auch eine Notfallration für Unvorhergesehenes einzuplanen. Was Sie sonst noch einpacken sollten, finden Sie in der nachfolgenden Checkliste.

TIPP

Eine Auslandskranken-, Reiserücktritts- oder Reise-rückholversicherung können hilfreich sein und unnötige Kosten vermeiden. Informieren Sie sich vorab, welche Leistungen Ihre Krankenkasse im Zielland übernimmt.



Grundausstattung Notfallkoffer

Vor Abreise sollten Sie ihn auf Vollständigkeit und Haltbarkeitsdatum kontrollieren.

- Gerinnungspräparate für den Notfall sowie die dazugehörigen Zollbescheinigungen
- Zubehör zum Verabreichen der Medikamente / Injektionskit
- Pflaster
- Mullbinden
- Kompressen
- Schlinge
- Selbstkühlende Sofort-Komresse
- Schere
- Pinzette
- Internationaler Notfallausweis mit Telefonnummer Ihres Hämophilie-Zentrums, Ärztin oder Arztes
- Telefonnummer und Anschrift des nächsten Hämophilie-Zentrums

Grundausstattung Medikamente



Zusätzlich zu Ihren Hämophilie-Medikamenten und dem entsprechenden Zubehör sollten Sie noch weitere Arzneimittel dabei haben, zum Beispiel Medikamente, die Sie regelmäßig nehmen müssen, Mittel gegen Übelkeit, Durchfall und Erkältung. Auch Schmerzmittel (z. B. Paracetamol, Novalgin), Tranexamsäure und Cortison-Präparate sollten nicht fehlen. Weitere wichtige Tipps rund um die Organisation und Planung von Reisen mit Hämophilie A finden Sie auch auf Active A:



Die Hämophilie-A-Reiseapotheke



Checkliste für Reisedokumente



Tipps für Flugreisen

Falls Sie Ihr Kind im Urlaub spritzen müssen, packen Sie möglichst alles ein, was es auch daheim beim Spritzen benötigt, und sorgen Sie für eine möglichst gleiche Routine.