

Reis checklist

IBD reist met u mee

Check	Acties
	<p>Begin op tijd met het plannen van uw reis</p> <p>Om veilig en beschermd weg te kunnen gaan, neemt de organisatie van een reis soms langere tijd in beslag. Bespreek uw reiswensen daarom zo vroeg mogelijk met uw eigen zorgverlener.</p>
	<p>Waar gaat de reis naartoe?</p> <p>Landen buiten Europa kennen andere gezondheidsrisico's dan bestemmingen binnen Europa, vooral bij het gebruik van afweer onderdrukkende medicatie. Uw zorgverlener kan u hierover adviseren. Voor sommige bestemmingen adviseren wij een consult bij de GGD.</p>
	<p>Welke medicatie gebruikt u?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zorg voor voldoende medicatie op reis. • Vervoer medicatie altijd in de originele verpakking en in de handbagage. • Voor sommige medicatie zoals adalimumab geldt een temperatuur bewaaradvies. Vraag dit na bij uw zorgverlener. • Wilt u medicatie in de vorm van infusen op reis ontvangen? Onderzoek de mogelijkheden ruim van tevoren met uw zorgverlener en reisverzekering.
	<p>Zijn er vaccinaties nodig?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Per reisbestemming worden er andere vaccinaties geadviseerd om (ernstige) ziektes te voorkomen. • Gebruikt u afweer onderdrukkende medicatie? Dan mag u geen vaccinaties met een levend verzwakte ziekteverwekker ontvangen, zoals gele koorts. Heeft u reiswensen naar een gebied waar gele koorts voorkomt zoals Zuid-Amerika of Midden-Afrika? Bespreek dit op tijd met uw zorgverlener.
	<p>Denk aan een goede reisverzekering</p> <p>Uw zorgverzekering vergoedt ook medische kosten in het buitenland, maar niet in alle landen. Controleer dit dus vooraf. Als u naar een land gaat waar de zorgkosten heel hoog zijn, kunt u met extra kosten te maken krijgen. Deze kosten kunt u vooraf verzekeren met een aanvullende zorgverzekering (alleen af te sluiten voor 1 januari) of een reisverzekering.</p>
	<p>Medicatiepaspoort aanvragen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uw eigen apotheek kan u op aanvraag voorzien van een medicatiepaspoort. De douane van het land waar u naartoe gaat, kan hierom vragen.

	<ul style="list-style-type: none"> • Bepaalde medicatie, zoals sommige pijnstillers, slaapmedicatie, medicatie bij allergieën en zelfs soms medicatie tegen verkoudheidsklachten, kunnen in bepaalde landen verboden zijn. Vraag bij de ambassade van het land waar u naartoe gaat met welke voorzorgsmaatregelen medicatie het land in vervoerd mag worden.
	<p>Engelse medische brief</p> <p>Uw zorgverlener kan een brief over uw medische situatie in het Engels verzorgen. Handig als u toch medische hulp nodig heeft tijdens de reis.</p>
	<p>Neem zelfmedicatie mee op reis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Neem ook de 'gewone' medicijnen mee op reis, zoals paracetamol, diarreeremmers, anti-muggenmiddel, tekenpen en ORS. • Denk aan zonnebrand. Medicatie zoals azathioprine, thiosix en mercaptopurine maakt de huid gevoeliger voor zonlicht. Zonnebrand is belangrijk om het risico op verbranden en daarmee huidkanker te verminderen. • Bij het reizen naar sommige tropische bestemmingen adviseren we uit voorzorg antibiotica mee te nemen voor de behandeling van reizigersdiarree. Vraag dit na bij uw zorgverlener.

Voor uitgebreide informatie kijk op: www.ibdpassport.com/travel-and-ibd (deze website is in het Engels).