



## Ferien und die nötigen Vorbereitungen

Ferien erfordern für alle ein gewisses Mass an Vorbereitung. Wer von einer Krankheit wie der CF betroffen ist, muss sich diesbezüglich etwas mehr Gedanken machen, als dies der Durchschnitt der Urlauber tut. Hier eine kleine Checkliste für kurze wie längere Aufenthalte im Ausland.

### Vor der Reise

- Bescheinigung der Medikamente für den Zoll (Der Apotheker kann einen grünen "Medi-Pass" besorgen und alle Medis dort eintragen.)
- Für längere Reisen ist es ratsam, einen Arztbericht mitzunehmen (Englisch). Unbedingt Mitglied der REGA werden (Kostenübernahme bei einem Repatriierungsflug aus dem Ausland). Es entstehen keine Versicherungslücken wenn ein Einsatz der REGA nötig sein sollte
- Annullationsversicherung abschliessen (z.B. ETI-Schutzbrief des TCS)
- Auf der Internetseite <http://www.cpafrk.gc.ca/e/communication/communication.html> sind alle namhaften CF-Kliniken der Welt aufgelistet.
- Medikamente mitnehmen

### Notfall im Ausland

- Wenn möglich zuerst mit dem Arzt in der Schweiz Kontakt aufnehmen und Vorgehen besprechen.
- Wenn ein Spitalaufenthalt nötig wird, ist es in Schwellen- oder Drittweltländern ratsam, die Einweisung in ein Privatspital zu verlangen. Nur dort ist die medizinische Versorgung, wie wir sie kennen, gewährleistet!
- Im Spital abklären lassen, ob ein Rücktransport in die Schweiz nötig ist. Wenn nötig selber mit CF-Arzt in der Schweiz oder allenfalls mit REGA direkt Kontakt aufnehmen.
- Hilfe bei der Krankenkasse oder TCS anfordern. Dort arbeitet ausgebildetes Fachpersonal, das die nötigen Schritte einleiten und koordinieren kann.

Wer eine gute Notfallplanung hat, der handelt in Krisensituationen überlegter! Auch das Wissen, die nötige Vorbereitung getätigt zu haben, lässt einen ruhiger reisen.

### Literatur-Tipp

Der Reiseberater für Mukoviszidose-Betroffene „Unterwegs mit CF“ wurde von der Cystische Fibrose Hilfe, Österreich herausgegeben. Der Ratgeber entspricht dem Stand der Medizin im August 2004 und behandelt in knapp 40 Seiten alle interessanten Tipps und Hinweise. Der Ratgeber kann über [diesen Link](#) bei der CFCH ausgeliehen werden