



Consigli di viaggio per i pazienti affetti da dolore cronico

Soffrire di dolore cronico non preclude in generale la possibilità di viaggiare. Tuttavia, per un viaggio all'insegna della serenità, è necessario prendere alcune precauzioni soprattutto per quanto riguarda la cassetta di primo soccorso. Non tutti i medicinali, in particolare gli antidolorifici e i sedativi forti, possono essere assunti ovunque senza problemi. Discutete in anticipo dei vostri progetti di viaggio con il medico di famiglia, il quale saprà valutare la vostra capacità di viaggiare e darvi dei consigli.

Destinazione

Informatevi su dove si trova il medico, la farmacia o l'ospedale più vicini e se i vostri medicinali sono reperibili in caso di emergenza. Per precauzione, fateveli prescrivere in inglese con i nomi dei principi attivi. Tenete presente che i medicinali reperibili sotto lo stesso marchio nel Paese di destinazione potrebbero non contenere gli stessi principi attivi. A seconda del Paese, l'importazione di forti antidolorifici, soprattutto quelli contenenti narcotici, può essere problematica. Il vostro medico o farmacista potrà fornirvi un certificato per l'uso dei medicinali. Se viaggiate in Paesi al di fuori dell'area Schengen, dovete chiedere direttamente al consolato o all'ambasciata quali medicinali potete portare con voi e quali certificati vi occorrono.

Vaccinazioni

Chiedete in anticipo al vostro medico di quali vaccinazioni avete bisogno per la destinazione prescelta.

Medicamenti

È meglio portarne una quantità superiore a quella strettamente necessaria. Sono consentite quantità fino a 30 giorni di trattamento. Se possibile, tenete tutti i medicinali nel bagaglio a mano, insieme al foglietto

illustrativo. Da un lato, perché i bagagli a volte arrivano in ritardo o non arrivano affatto e, dall'altro, perché i viaggi a volte possono durare più a lungo del previsto. Inoltre, la temperatura nella stiva dell'aereo può scendere al di sotto del punto di congelamento, il che può danneggiare i medicinali. Alcuni medicinali sono sensibili al calore, al freddo o all'umidità. Dovreste quindi chiedere al vostro medico qual è il modo migliore per conservarli durante il viaggio.

Ai medicinali in gocce non si applica la restrizione di 100 ml imposta ai controlli di sicurezza aeroportuali. In genere è consentito portare con sé la quantità necessaria per il viaggio. Se siete dipendenti dagli oppioidi, dovreste sempre portare con voi un certificato speciale. Chiedete anche alla compagnia aerea se potete portare i medicinali nel bagaglio a mano.

Assunzione dei medicinali

A seconda della destinazione e della durata del volo, potrebbe insorgere una differenza di fuso orario. Tenete conto di un eventuale differimento nell'assunzione dei medicinali. Questo vale anche per il viaggio di ritorno. Appuntatevi quando avete preso quali medicinali.

Assicurazione

Stipulate un'assicurazione viaggi o integrativa se la vostra cassa malattia non copre i costi sanitari nel Paese di destinazione e per l'eventuale trasporto a bordo di veicoli sanitari. Accertatevi che la vostra assicurazione vi copra anche in caso di peggioramento di una malattia cronica.

È inoltre opportuno stipulare un'assicurazione di annullamento del viaggio che comprenda l'interruzione e il rimpatrio nel caso in cui dobbiate annullare o interrompere il viaggio con breve preavviso o abbiate bisogno di essere rimpatriati.

Portate con voi la tessera sanitaria della cassa malattia con la quale avete stipulato l'assicurazione di base. Il retro è una tessera sanitaria europea che vi dà diritto a ricevere cure mediche impreviste nei Paesi dell'UE/AELS.

Informazioni utili



Certificato medico per oppiacei



Modello per il certificato medico per i narcotici



Consulenza medica in viaggio
safetravel.ch



Chi parte in viaggio (opuscolo del Dipartimento federale degli affari esteri DFAE)



Suggerimenti per chi viaggia e rappresentanze (DFAE)



Guida linguistica sulla salute in vacanza (inglese, francese, italiano, portoghese o spagnolo)

Portare questi documenti nel bagaglio a mano

- nome e cognome, numero di telefono e indirizzo e-mail del medico curante per eventuali domande
- certificato medico (in inglese) che attesta che si è regolarmente dipendenti dai medicinali per uso personale
- certificato medico per l'importazione di eventuali medicinali per i quali è richiesta l'autorizzazione nel Paese di destinazione (in inglese)
- per i medicinali che contengono narcotici: certificato per Schengen o per tutti gli altri Paesi
- elenco dei medicinali attualmente assunti e relativi foglietti illustrativi allegati
- elenco con i numeri d'emergenza
- certificato di vaccinazione
- tessera sanitaria europea

Questo articolo è stato realizzato da TCS MyMed, la piattaforma medica di TCS. Maggiori informazioni:

www.tcs-mymed.ch