



Reisetipps für Patienten mit HIV

Eine Infektion mit dem HI-Virus schliesst eine Reise grundsätzlich nicht aus. Bei Reisen innerhalb von Europa entstehen keine grosseren Probleme, bei Fernreisen sind je nach Ziel längerfristig geplante Vorbereitungen nötig. Eine frühzeitige (ca. ein halbes Jahr vor Abreise) und genaue Vorausplanung hilft dabei. Besprechen Sie mit Ihrem Hausarzt Ihre Reisepläne. Er kann Ihre Reisefähigkeit einschätzen und Ihnen Tipps geben.

Reiseziel

Klären Sie ab, welche Einreisebestimmungen im Reiseland für HIV-positive Menschen bestehen. Hier gibt es grosse Unterschiede. Bringen Sie in Erfahrung, wo am Zielort 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 auf Englisch ausstellen. Beachten Sie, dass Medikamente mit dem gleichen Namen im Reiseland nicht immer dieselben Wirkstoffe enthalten. Weil HIV-positive Menschen auf Reisen für Krankheiten anfälliger sind als zu Hause, empfiehlt sich bei Reisen besonders in tropische und subtropische Länder eine ausführliche reisemedizinische Beratung.

Infektionen

Je nach Immunstatus braucht es andere Vorsichtsmassnahmen in Bezug auf Reiseart, Ernährung und Unterkunft. Denn das Risiko, während einer Reise zu erkranken, nimmt zu, je schlechter das Immunsystem des Reisenden ist. Fragen Sie Ihren Arzt, worauf Sie bei der Reiseapotheke achten müssen. Ein ganztägiger Insektenschutz und Vorsicht beim Essen im Ausland ist jedoch für alle Reisenden eine gute Idee.

Impfungen

Fragen Sie Ihren Arzt frühzeitig, welche Impfungen Sie für das gewählte Reiseziel brauchen und welche mit Ihrem Immunstatus möglich sind.

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. Fragen Sie auch die Fluggesellschaft oder direkt bei der ausländischen Botschaft, ob die Einfuhr der von Ihnen benötigten Medikamente ins Reiseland, auch bei Zwischenstopps, problemlos möglich ist.

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.

Sonne

Bestimmte Medikamente können zu einer Überempfindlichkeit gegen Sonnen- beziehungsweise UV-Strahlung führen. Mit einem guten Sonnenschutz (z.B. Creme, langärmelige Kleidung, lange Hosen, Sonnenhut) sind Sie auf der sicheren Seite.

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 abbrechen 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.

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 Reiseland (auf Englisch)
- Liste der aktuell verwendeten Medikamente und alle dazugehörigen Beipackzettel
- Liste mit Notfallnummern
- Impfausweis
- Europäische Krankenversicherungskarte

Nützliche Informationen



Länderspezifische Einreisebestimmungen für Menschen mit HIV



AIDS-Hilfe Schweiz



Reisemedizinische Beratung safetravel.ch



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



Reisehinweise und Vertretungen (EDA)



Gesundheitssprachführer für Ihre Ferien

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