



Auf Reisen mit CF – was Betroffene wissen sollten

Mukoviszidose-Betroffene müssen auf den Traum vom Reisen nicht verzichten. Eine gute Organisation vor Reisebeginn ist jedoch essenziell, um den Urlaub ohne Komplikationen genießen zu können. Das sind die wichtigsten Reisetipps für CF-Betroffene:¹



Beratungsgespräch mit dem Ärzteteam

Zur Reisevorbereitung gehört eine gute Vertrauensbasis mit dem behandelnden Ärzteteam. Es ist mit dem Krankheitsverlauf vertraut und kann am besten einschätzen, ob der aktuelle Gesundheitszustand eine Reise erlaubt und welches Reiseziel überhaupt in Frage kommt. Sorgen, Fragen oder Bedenken sollten unbedingt vor Reisebeginn geklärt werden. Ein persönliches Gespräch ist wichtige Informationsquelle und Ermutigung zugleich.



Detailplanung: Wie ist der Stand im Reiseland?

Wenn das Reiseziel feststeht, sollten sich Betroffene unbedingt über die ärztliche Versorgung im Reiseland informieren. Wo befindet sich das nächste Krankenhaus? Welche regionalen Notfallnummern gibt es? Diese Informationen sollten im Reiseland immer parat sein. Wer zum Beispiel eine Rundreise plant, muss dies natürlich für die vollständige Reiseroute prüfen.



Weitere im Vorfeld zu klärende Aspekte:

- **Auslandsversicherung:** Wichtig ist, den Krankenkassenschutz vorher zu prüfen und ggf. eine zusätzliche Auslands- oder Reisekrankenversicherung abzuschließen. Diese hängen vom Reiseziel ab und werden vor allem bei Überseereisen benötigt.
- **Impfstatus:** Der Impfschutz sollte vor dem Urlaub überprüft und eventuell zusätzliche Impfungen getätigt werden. Ratsam ist, mit dem Ärzteteam abzusprechen, wann genau die Impfungen durchgeführt werden, damit der Schutz bei Reisebeginn wirksam ist.

- **Abprache mit Fluggesellschaft:** Die Airline muss bei der Buchung über besondere Anforderungen, wie Sauerstoffzufuhr, informiert werden. Um Missverständnisse zu vermeiden, sollte die Airline einige Tage vor Abflug nochmals erinnert und eine Bestätigung erbeten werden.
- **Zollbescheinigung:** Für die Einfuhr von verschreibungspflichtigen Mitteln brauchen privat Reisende eine ärztliche Bescheinigung. Damit die benötigten Medikamente bei Einreise vom Zoll nicht einbehalten werden, sollten CF-Reisende sich daher vorher eine Bescheinigung holen und diese bei der Ankunft bereithalten.



Inhalation und Medikamente

Natürlich dürfen alle einzunehmenden Medikamente und Hilfsmittel wie der Inhalator nicht fehlen. Auch sollte geprüft werden, ob für die Stromversorgung zum Beispiel ein zusätzlicher Adapter benötigt wird. Es empfiehlt sich, die doppelte Menge an benötigten Medikamenten einzupacken, denn Medikamente können aufgrund von Zollbestimmungen nicht nachgesendet werden. Tipp: Bei Flugreisen sollten wichtige Medikamente auch immer im Handgepäck verstaut werden, damit man sie im Notfall schnell parat hat.



Globale Vernetzung

Auch die Vernetzung mit anderen Mukoviszidose Betroffenen auf Reisen kann hilfreiche Unterstützung bieten. Auf folgenden Websites werden Adressen und detaillierte Informationen von Mukoviszidose-Verbänden in vielen Ländern der Welt aufgelistet:

<https://www.cfww.org/>

<https://www.ecfs.eu/>