

Planlæg din rejse



Forord

Du kan sagtens tage på ferie, selvom du er nyresyg. Du skal selvfølgelig tage hensyn til din sygdom, men der er ingen grund til at lade sig begrænse, hvis du har lyst til at tage på ferie. Uanset om du er transplanteret eller går i dialyse, er der flere muligheder for at holde ferie i både ind- og udland. Det kræver bare lidt planlægning inden rejsen.

Pjecen her samler de væsentligste ting, du bør vide om medicin, dialyse, sundhedskort og andet du skal huske, inden du tager på ferie. Desuden har vi lavet en tjekliste, som du kan gennemgå inden du tager af sted og en liste over nyttige hjemmesider, hvor du kan finde mere information.





Forsikring s. 5



Behandling på ferien s. 7



Dialyse i udlandet s. 8

INDHOLD

4 Planlægning af ferien

- 4 Lægebrev
- 4 Medicinsk forhåndsvurdering
- 5 Forsikringer

7 Behandling på ferien

- 7 Transplanteret
- 7 Posedialyse
- 7 Hæmodialyse

8 Dialyse i udlandet

- 8 Betaling
- 8 Find et dialysested

10 Tips til rejsen

- 10 Pillepas og lægebrev
- 10 Medicin i håndbagagen
- 10 Assistance i lufthavnen
- 10 Gæstedialyse i Danmark

11 Nyreforeningens ferietilbud

- 11 Rejser i udlandet
- 11 Rejselegat
- 11 Feriehuse i Danmark

Planlægning af ferien

Mennesker med en nyresygdom har naturligvis en lige så stor lyst til og interesse for at rejse ud i verden som raske mennesker. Det kræver imidlertid mere planlægning, hvis du har en nyresygdom og gerne vil rejse til udlandet. Det gælder især hvis du er i dialyse. Er du transplanteret og ellers sund og rask er det noget mere simpelt, men her kan det for eksempel være en god ide med et lægebrev.

Lægebrev

Få din læge til at skrive et lægebrev inden afrejse af hensyn til evt. forsikring, toldkontrol eller hvis du får behov for akut behandling i udlandet. De fleste afdelinger plejer at skrive sådanne breve, når patienterne skal på rejse. Et lægebrev vil typisk være på engelsk og indeholde nuværende medicinliste, behandling og en kommentar om at det er forsvarligt for dig at rejse samt at din helbredstilstand er stabil. Det er også vigtigt at dette noteres i journalen.

Medicinsk forhåndsvurdering

Er du kronisk syg, bør du i god tid inden afrejsen undersøge om lægeregninger, sygehusophold mv. dækkes, hvis du får behov for behandling under rejsen.

Hvis du har fået ændringer i din medicin, eller du har været indlagt på sygehus indenfor de seneste to måneder før afrejse, skal du rette henvendelse til dit forsikringselskab og bestille en ansøgning om medicinsk forhåndsvurdering. Det gælder også, hvis du bare skal en tur over grænsen eller på weekendtur.

Gode tips:

Husk det blå sygesikringskort på ferien. Det er gratis og kan rekvireres fra din kommune.

For erhvervsrejser og studieophold i udlandet gælder særlige regler. Tjek www.patientombuddet.dk for mere information.



Forsikringer

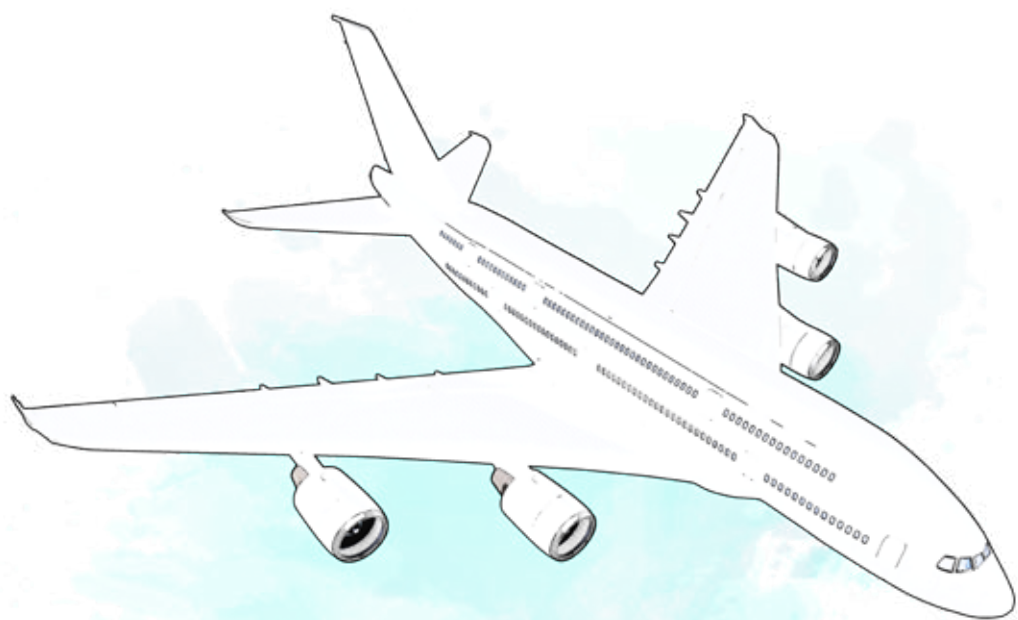
Siden 1. august 2014 er du ikke længere dækket af det gule sundhedskort, når du rejser i udlandet. I stedet skal du benytte det blå sygesikringskort som du kan bestille på www.borger.dk eller i din lokale Borgerservice. Kortet er gratis. Der er en leveringstid på ca. 3-4 uger, så vær i god tid inden du skal rejse.

Det blå kort dækker i alle EU/EØS-lande og du er dækket ligesom borgerne i det land, du rejser i. Det betyder, at hvis borgerne i det land du rejser i, skal betale for en behandling, så gælder det samme for dig. Du kan bruge hjemmesiden www.huskdetblaa.dk til at søge på lande og se hvordan du er dækket.

Det er en god ide at tegne en rejseforsikring gennem dit forsikringsselskab. Det drejer sig typisk om hjemtransport osv. Tjek om din familieforsikring også har rejseforsikringsdækning eller om du kan tegne en tillægsforsikring. Det kan anbefales at undersøge priserne på forsikring i flere selskaber. Der er store forskelle både på priser og dækning. Betingelserne for en forhåndsvurdering i tilfælde af kronisk sygdom vil som regel også gælde ved private rejseforsikringer. Kontakt dit forsikringsselskab og forhør dig, om du er dækket mht. hjemtransport under ferie.

Rejseforsikring

Rejseforsikringer gælder kun akut opstået sygdom eller skader på rejsen. Kronisk sygdom er ikke akut, så derfor bør du som kronisk syg altid kontakte egen læge eller dit forsikringsselskab og undersøge i hvor høj grad du er dækket. Det gælder også for korte ture.



Behandling på ferien

Som nyresyg skal du mere end blot at finde frem til, *hvor* rejsen skal gå hen. Her følger en oversigt over, hvad du skal være opmærksom på, hvis du henholdsvis er transplanteret, i P-dialyse eller i hæmodialyse.

Transplanteret

Er du transplanteret, har du som hovedregel ikke andre ting at tage vare på end din medicin og forsikringer ved planlægning af rejsen. Du kan så at sige smide kufferten ind i bilen (toget eller flyet) og så tage af sted, hvis du i øvrigt er sund og rask. Hvis du har været alvorlig syg indenfor de sidste to måneder inden afrejse, skal du selvfølgelig have en medicinsk forhåndsvurdering.

Ved længerevarende rejser er det set, at kontrol af nyretal foretages på feriestedet. I så fald skal det aftales med din afdeling, hvor kontrollen foretages, og du skal medbringe det blå sundhedskort for betaling af denne kontrol (se under betaling for hæmodialyse). Uanset om du forventer at skulle i behandling eller ej, kan det altid anbefales, at du som transplanteret medbringer det blå sundhedskort. Hvis du har et lægebrev på engelsk, kan det være en god ide at tage det med blot for at være på den sikre side. Hav gerne lidt ekstra medicin med i tilfælde af forsinket hjemrejse eller andet.

P-dialyse

Det letteste er at aftale med din afdeling, hvor

du opholder dig i ferien. Afdelingen aftaler så med din leverandør af væsker og lign., hvor poserne sendes hen. Det er en god idé at varsle feriestedet om, hvilken dato din forsendelse af dialysevæsker ankommer. Der er nemlig nogle patienter, der har oplevet gennemblødte kasser foran en bagtrappe, når de ankom til feriestedet. Sørg også for evt. at have dialysevæske med til den første dag. Måske kan væskerne først findes dagen efter din ankomst.

Hæmodialyse

Hæmodialysepatienter skal begynde planlægningen tidligt. Det er desværre i de senere år blevet vanskeligere at skaffe dialyseplads på dialysecentre i forbindelse med ferie. Der gælder de samme forhold i udlandet omkring kapacitet som i Danmark. Tilgangen af nye patienter er stor, så udbygningen af dialysepladser kan ikke følge med. Der er dog samtidig kommet en del private feriedialysecentre forskellige steder i Europa, hvor det er let at få plads.

Dialysestandarden er høj i alle vesteuropæiske lande. Ligeledes i nogle østlande. Men dialysen skal aftales i god tid. Aftal altid plads på dialysecentret, før du bestiller rejsen. Det er en god forholdsregel, for så ender du ikke med at afbestille en rejse få dage før ferien, fordi du ikke kan finde en dialyseplads i nærheden. Der er flere steder på internettet, hvor du kan søge efter dialysesteder. Se mere på www.nyre.dk/ferie.

Dialyse i udlandet

Betaling

Betaling for dialyse kan i princippet foregå på tre forskellige måder:

- Du bruger det blå EU-sundhedskort. Det kort forudsætter at du rejser i et EU(EØS)-land og at dialysecentret har accepteret denne betalingsform på forhånd.
- Du får en kaution fra din hjemregion til betaling af behandlingen. Du skal sørge for at få en sådan kaution på forhånd. Den kan bruges ved dialysebehandling på klinikker i EU-lande, der ikke anerkender EU's blå sundhedskort, og i resten af verden. Det kan godt være, at du nogle steder skal lægge ud for betalingen, men du får beløbet refunderet, når du kommer hjem.
- Du betaler selv kontant for behandlingen.

På næste side er et skema, der viser de forskellige betalingsformer.

Hvis du har udgifter til dialysebehandling i udlandet, til transport til og fra dialysestedet eller til rejseforsikringer kan du kontakte Nyreforeningens socialrådgiver, som kan hjælpe dig med at finde ud af, om du har mulighed for at søge et legat til disse udgifter.

Find et dialysested

På www.globaldialysis.org kan du søge efter dialysesteder i nærheden af din destination.

Download app'en Dialysis Maps til din telefon. Her kan ligeledes søge efter dialysesteder på din destination.

Du kan også spørge i Nyreforeningens facebookgruppe, om nogen har erfaringer med dialyse i udlandet. Find gruppen ved at søge på Nyreforeningen på [facebook.com](https://www.facebook.com) og anmod om medlemskab.

Garanti for betaling og dialyse

Det er en god ide at medbringe en skriftlig garanti på, at du har reserveret tid og sted til dialyse, for eksempel et brev eller en e-mail. Medbring også en skriftlig garanti på, at dialysestedet accepterer betaling med det blå sundhedskort.



Rejsemål	Det skal du bruge	Bemærkninger
Danmark	Du har frit sygehusvalg	Din hjemregion skal betale, men det forudsætter, at du har aftalt en gæstedialyseplads.
Indenfor EU (EØS) Offentlige klinikker	Blå Sundhedskort	Du skal have aftalt en gæstedialyseplads
Indenfor EU (EØS) Private klinikker	Blå Sundhedskort	Kun hvis de på forhånd har accepteret denne betalingsform
Udenfor EU (EØS) Private klinikker	Kautions fra regionen Eller kontant betaling af egen lomme	Hvis man ikke accepterer det blå sundhedskort
Resten af verden	Kautions fra regionen Eller kontant betaling af egen lomme	

Tips til rejsen



Pillepas og lægebrev

Det er de færreste nyresyge, der har behov for et pillepas. Pillepasset dokumenterer, at den medbragte medicin er til dit eget forbrug. Hvis du får medicin, der indeholder stoffer, der virker euforiserende og som påvirker centralnervesystemet, skal du have udstedt et pillepas. Den slags medicin er typisk markeret med en rød trekant. Læs mere om reglerne på www.sundhed.dk eller www.apoteket.dk.

Under alle omstændigheder er et lægebrev med en oversigt over aktuell medicin en fordel at medbringe. Det er en hjælp ved f.eks. toldkontrol, lægebesøg i udlandet mv.

Medicin i håndbagagen

Det er en god ide at have vigtig medicin med i håndbagagen. Så har du den på dig i tilfælde af forsinkelser eller bagageproblemer ved ankomst. Det gælder primært piller. Medi-

cin i flydende form kan af sikkerhedsmæssige årsager ikke medbringes i håndbagagen. Hvis du er i tvivl, så tjek reglerne på lufthavnens hjemmeside eller på din billet.

Assistance i lufthavnen

Har du behov for særlig assistance i lufthavnen eller om bord på flyet, skal du gøre opmærksom på det allerede ved bestilling af rejsen. Vær opmærksom på at du skal møde op i god tid til check-in, hvis du har brug for assistance. De fleste lufthavne har et højt serviceniveau for handicappede.

Gæstedialyse i Danmark

Udover Nyreforeningens egne feriehus i Danmark, er det også muligt at få gæstedialyse på en anden afdeling i Danmark nær det sted, hvor du ønsker at holde ferie. Tal med dit sygehuspersonale om dette. Husk at du skal søge i god tid af hensyn til planlægningen.

Nyreforeningens ferietilbud

Rejser til udlandet

Nyreforeningen afholder flere rejser for sine medlemmer hvert år. Her har vi sørget for, at der er mulighed for dialyse. De fleste rejser er solskinsferier til steder som Kreta eller Gran Canaria. Læs mere på www.nyre.dk.

Rejselegat

Hvis du har brug for et tilskud til ferien, kan du søge din lokale kreds om et ferielegat. Legatet vil typisk rette sig mod betaling af dialyse, transport til og fra dialyse og ekstra forsikring.

Feriehuse i Danmark

Som medlem af Nyreforeningen har du mulighed for at leje dig ind i et af vores feriehuse i hhv. Skallerup og Grønbæk. Begge steder er der mulighed for dialyse. Vi har desuden en dialyseklinik på Fanø – her skal du dog selv stå for leje af feriehus eller lignende. Læs mere på www.nyre.dk.



Nyttige hjemmesider

www.trafikstyrelsen.dk

– hvis du skal ud at flyve

www.apoteket.dk

– her kan du bl.a. bestille et pillepas

www.huskdetblaa.dk

– her kan du læse om det blå sygesikringskort og se hvordan du er dækket af kortet i alle lande

www.patientombuddet.dk

– her kan du læse om international sygesikring

www.sundhed.dk

– den fælles offentlige sundhedsportal

www.globaldialysis.org

– find dialyseklinikker i udlandet



Nyreforeningen
Blekinge Boulevard 2
2630 Taastrup
Telefon: 43 52 42 52
E-mail: mail@nyre.dk
www.nyre.dk

Bliv medlem af Nyreforeningen og få en masse fordele.
Læs mere og meld dig ind på vores hjemmeside eller
ved at ringe til os.

