

CHECKLIST VOOR VAKANTIE MET HEMODIALYSE

Bij het regelen van de vakantie zijn er veel dingen om aan te denken. Begin ruim op tijd met de voorbereidingen. Reken 3 maanden voor het regelen van hemodialyse op een vakantiebestemming. Door tijdig te starten met de voorbereidingen voorkomt u stress. Hieronder vindt u een overzicht van de belangrijkste punten. Kijk voor meer informatie en uitleg op nieren.nl/vakantie.

De voorbereiding

Vragen aan uw arts of het dialysecentrum

- ☐ Bespreek uw vakantieplannen met uw nefroloog en de verpleegkundige of medisch maatschappelijk werker. Zij kunnen aangeven welke vakanties en vakantiebestemmingen geschikt zijn. Ook hebben zij misschien handige tips voor u of kunnen ze u helpen bij het regelen van de vakantie.
- ☐ Vraag uw nefroloog om een toestemmingsverklaring. De nefroloog geeft hiermee aan dat de vakantie medisch verantwoord is. De toestemmingsverklaring hebt u nodig voor de zorgverzekering.
- ☐ Vraag uw nefroloog om een medische verklaring. Hierin staan uw medische gegevens en ook uw nierfunctie. Dit is handig als u medische problemen krijgt. Ook kunt u hiermee aan de douane laten zien waarom u medicijnen en medische hulpmiddelen bij u hebt.
- ☐ Vraag het dialysecentrum om een dialyse-overdracht. Dit is een overzicht van alle belangrijke gegevens rondom de dialysebehandeling. Het vakantiedialyse-centrum heeft dit nodig. Vraag eerst aan het vakantiedialyse-centrum wat er allemaal in de overdracht moet staan.
- ☐ Vraag uw nefroloog of er vaccinaties nodig zijn. Zo ja, maak dan een afspraak bij een gespecialiseerd vaccinatiecentrum.
- ☐ Reist u naar een bestemming in een andere tijdzone? Vraag uw arts hoe u uw medicijngebruik kunt aanpassen aan de plaatselijke tijden.
- ☐ Vraag uw arts of er een goed ziekenhuis is in de buurt van uw vakantieadres. Noteer de contactgegevens van het ziekenhuis.
- ☐ Staat u op de wachtlijst voor een donornier? Informeer bij het dialysecentrum of transplantatiecentrum binnen hoeveel tijd u aanwezig moet zijn als er een nier beschikbaar komt. U kunt uzelf tijdelijk op de niet-actieve wachtlijst laten zetten.

Vragen aan de apotheek

- ☐ Meld bij de apotheek dat u op reis gaat en overleg hoeveel medicijnen u meeneemt. Het is handig als u van ieder medicijn wat extra bij u hebt. De apotheek kan ervoor zorgen dat u de medicijnen op tijd in huis hebt.
- ☐ Vraag de apotheek om een overzicht van alle medicijnen die u gebruikt. Zo'n overzicht heet ook wel medicijnpaspoort of medicatieoverzicht.

- ☐ Vraag de apotheek hoe u de medicijnen het beste kunt vervoeren en bewaren tijdens uw reis.
- ☐ Misschien wilt u medicijnen meenemen om ziekte op reis te voorkomen. Bijvoorbeeld: malariatabletten of middelen tegen reisziekte. Vraag bij de apotheek of u deze medicijnen wel mag gebruiken naast uw gewone medicijnen. Soms is er een wisselwerking.
- ☐ Vraag de apotheek of u de medicijnen mee mag nemen naar het buitenland. Sommige medicijnen vallen onder de Opiumwet. Uw arts moet dan in de medische verklaring melden dat u deze medicijnen nodig hebt.

Vragen aan de verzekeraars

- ☐ Gaat u naar het buitenland? Vraag uw zorgverzekeraar om toestemming. Hiervoor hebt u een toestemmingsverklaring van uw nefroloog nodig. Boek uw reis pas als u toestemming van de zorgverzekeraar hebt.
- ☐ Vraag uw zorgverzekeraar om vergoeding voor taxivervoer tussen uw vakantieadres en het dialysecentrum. Vraag dit altijd aan, of u nu naar het buitenland gaat of in Nederland blijft. Vraag de zorgverzekeraar ook welk taxibedrijf u hiervoor mag benaderen.
- ☐ Controleer of u verzekerd bent voor alle medische kosten waar u op vakantie mee te maken kunt krijgen. Sluit zo nodig een aanvullende zorgverzekering af, of een reisverzekering met dekking voor medische kosten. Let erop dat u verzekerd bent voor repatriëring. Dit voorkomt financiële problemen als u eerder terug moet komen vanwege ziekte.
- ☐ Sluit een reis- en annuleringsverzekering af. Een annuleringsverzekering moet binnen 1 week na het boeken van de vakantie worden afgesloten.
- ☐ Meld bij het afsluiten van de reisverzekering dat u een nieraandoening hebt. Let er voor het afsluiten goed op dat nieraandoeningen niet zijn uitgesloten voor verzekering.
- ☐ Vraag aan uw zorgverzekeraar of u een European Health Insurance Card (EHIC) nodig hebt. Met deze Europese gezondheidskaart kunt u voorkomen dat u hoge medische kosten moet voorschieten.

Vragen aan de reisorganisatie

- ☐ Bij een zelfstandige reis:
 - ☐ Regel eerst een plekje in het dialysecentrum. Boek daarna uw reis en vakantieverblijf. U kunt wel alvast een optie nemen op de reis en het vakantieverblijf.
 - ☐ Vraag het vakantiedialyse-centrum welke medische gegevens u moet aanleveren. Vraag uw eigen dialysecentrum daarna om die gegevens (ook wel: dialyse-overdracht).
 - ☐ Regel het taxivervoer tussen het dialysecentrum en uw vakantieadres. U kunt de zorgverzekeraar vragen welk taxibedrijf u hiervoor mag benaderen. Als de zorgverzekeraar geen contactgegevens heeft, kunt u het ook ter plaatse regelen.

- ☐ Bij een georganiseerde reis: meld uzelf aan. Van de reisorganisatie krijgt u uitgebreide informatie. Mogelijk zijn er zaken die u zelf nog moet regelen, bijvoorbeeld een reisverzekering. Dat krijgt u dan ook te horen van de reisorganisatie.
- ☐ Reist u met het vliegtuig? Neem zonodig contact op met de vliegmaatschappij over het vervoer van uw medicijnen. Bijvoorbeeld als u medicijnen gekoeld wilt vervoeren, of als u medicijnen in vloeibare vorm bij u hebt.

Wat neemt u mee op reis?

- ☐ De medische verklaring van uw arts.
- ☐ Het medicijnoverzicht.
- ☐ De dialyse-overdracht.
- ☐ Kopieën van belangrijke documenten, zoals uw zorgverzekeringspas, medische verklaring, medicijnlijst enzovoort.
- ☐ Voldoende medicijnen. Neem het liefst van elk medicijn wat extra voorraad mee op vakantie. Laat de medicijnen in de originele verpakking zitten. Reist u met het vliegtuig? Neem uw medicijnen (grotendeels) mee in de handbagage. U komt dan niet zonder te zitten als uw bagage kwijtraakt.
- ☐ De contactgegevens van uw arts en/of het ziekenhuis waar u onder behandeling bent. U kunt dan contact opnemen als u medische problemen krijgt.

Na terugkomst

Hopelijk kijkt u terug op een fijne vakantie. Denk bij terugkeer aan de volgende zaken:

- ☐ Van het vakantiedialyse-centrum krijgt u een ontslagbrief. Geeft die aan uw arts.
- ☐ Hebt u tijdens de vakantie medische problemen gehad? Meld dit aan uw arts.
- ☐ Na terugkeer wordt u getest op MRSA (de ziekenhuisbacterie) en misschien ook op andere aandoeningen, zoals hepatitis. Mogelijk moet u uit voorzorg een tijdje afgezonderd van de andere patiënten dialyseren.
- ☐ Krijgt u in de maanden na de vakantie nieuwe klachten? Meld dit aan uw arts. Het kan zijn dat u tijdens uw vakantie iets hebt opgelopen.