

Planlæg din rejse



Forord

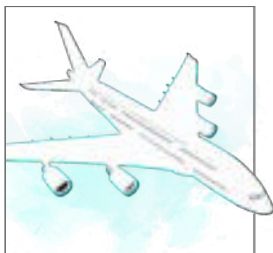
Du kan sagtens tage på ferie, selvom du er nyresyg. Du skal selvfølgelig tage hensyn til din sygdom, men der er ingen grund til at lade sig begrænse, hvis du har lyst til at tage på ferie. Uanset om du er transplanteret eller går i dialyse, er der flere muligheder for at holde ferie i både ind- og udland. 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 P-dialyse
 - 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 oplysninger om diagnose, medicin og behandling.

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 inden for 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 EU-sygesikringskort på ferien. Det er gratis og kan rekvireres fra din kommune.

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



Forsikringer

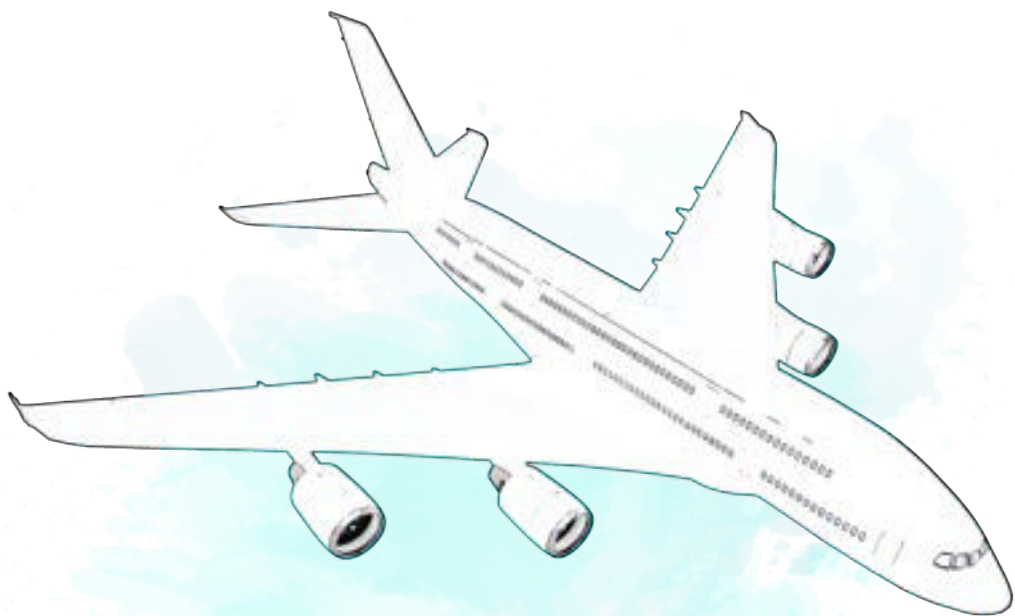
Du er ikke længere dækket af det gule sundhedskort, når du rejser i udlandet. I stedet skal du benytte det blå EU-sygesikringskort (EHIC), som du kan bestille på borger.dk. Kortet er gratis og der er en leveringstid på ca. 3-4 uger, så vær i god tid, inden du skal rejse.

Det blå EU-sygesikringskort 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 pågældende land, skal betale for en behandling, så gælder det samme for dig.

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 inden for 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 EU-sygesikringskort 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 EU-sygesikringskort. 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 tjekke, om feriestedet kan modtage og opbevare dialysevæsker, og aftale dato for modtagelsen. 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. Læs mere på nyre.dk/rejser

Dialyse i udlandet

Betaling

Betaling for dialyse kan foregå følgende:

- 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 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 dialysetedet 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.

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 dialysetedet accepterer betaling med det blå EU-sygesikringskort.

Find et dialysested

På booknowmed.com kan du søge efter dialysesteder i nærheden af din destination.

Du kan også få hjælp til at finde et dialysested. En af de klinikker, vi benytter i Nyreforeningen, hører under Diaverum, som er et svensk nonprofitfirma, der driver dialyseklinikker overalt i verden. På deres hjemmeside, diaverum.com, finder du de klinikker, de driver, og du kan kontakte dem på holiday@diaverum.com. Diaverums klinikker er pæne, personale kompetent og behandlingen er i top, uanset hvor du kommer hen.

I Nyreforeningens Facebookgruppe kan du også høre om nogen har erfaringer med dialyse i udlandet. Find gruppen ved at søge på Nyreforeningen samt grupper på Facebook og anmod om medlemskab.



Rejsemål	Det skal du bruge	Bemærkninger
Danmark	Du har frit sygehusvalg	Din hjemregion skal betale, men det forudsætter, at du har aftalt en gæstedialyseplads.
Inden for EU/EØS Offentlige klinikker	Det Blå EU-sygesikringskort	Du skal have aftalt en gæstedialyseplads
Inden for EU/EØS Private klinikker	Det Blå EU-sygesikringskort	Kun hvis de på forhånd har accepteret denne betalingsform
Uden for EU/EØS Private klinikker	Kontant betaling af egen lomme	Hvis man ikke accepterer det blå EU-sygesikringskort
Resten af verden	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 på apoteket.dk/pillepas.

Under alle omstændigheder er et lægebrev samt en aktuel medicinliste en fordel at medbringe. Det er en hjælp ved fx 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. Medicin 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

Ud over 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 arrangerer typisk to medlemsrejser til udlandet om året. På vores rejser er dialysen arrangeret for dig, og der er dansk sygeplejerske/rejseguide med. Rejserne går typisk til destinationer med sol og varme. Se aktuelle rejser på nyre.dk/rejser

Ønsker du at få mail, når vi annoncerer en ny rejse, så send en mail til mail@nyre.dk. Så skriver vi dig på mailinglisten.

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.



Nyttige hjemmesider

- booknowmed.com
– find dialyseklinikker i udlandet
- diaverum.com
– få hjælp til at booke dialyse i udlandet
- borger.dk
– her kan du bestille det blå EU-sygesikringskort
- apoteket.dk/pillepas
– her kan du bestille et pillepas
- sundhed.dk
– den fælles offentlige sundhedsportal

Feriehuse i Danmark

Som medlem af Nyreforeningen har du mulighed for at leje dig ind i vores feriehus i Skallerup, hvor der er mulighed for dialyse. Du får desuden 10 % rabat, hvis du lejer dig ind på Skallerup Seaside Resort. Vi har desuden en dialyseklinik på Fanø – her skal du dog selv stå for leje af feriehus eller lignende. Læs mere på nyre.dk/sommerhus/

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 adgang til en lang række fordele. Meld dig ind på vores hjemmeside eller ring til os og hør nærmere.

Scan QR-koden og kom hurtigt til vores hjemmeside, hvor du kan læse mere om ferie, rejser og sommerhus.

