Schweizerische
Multiple Sklerose
Gesellschaft

Reisecheckliste – Reisen mit MS

Die Reisevorbereitung richtet sich nach dem Reiseziel, der Reisedauer und der Reiseform. Eine frühzeitige Auseinandersetzung mit der Reisevorbereitung kann Sicherheit vermitteln und Stress Stress vermeiden.

Vorabklärung

½ Jahr vor der Reise, sowie bei Therapiestart oder bei Therapiewechsel wenn eine Reise ansteht.

- Mit dem Neurologen / der Hausärztin die Reisetauglichkeit klären.
- Reiseziellland ok?
- Medikamente, kann ich meine Medikamente alle einführen?
- Therapie Verabreichung am Reiseziel, benötige ich dafür einen Arzt?
- Impfungen, bin ich geimpft, welche brauche ich, wann und welche kann ich impfen?
- Transportmittel, Flugzeug, Schiff, Zug, Auto usw. wie und welches?
- Buchung der Reise im Reisebüro, kann bei Schwierigkeiten während der Reise helfen
- 3-6 Mt. vor der Reise – impfen in stabiler Phase der MS

Vorbereitung

1-2 Mt. vor der Reise,

- Medikamente- und Materialbestellung und –beschaffen, inkl. Reservemedikamente
- Injektionsmaterial, Kühlmanschetten, Nadelabwurfbehälter.
- Hilfsmittel, z.B. Lagerungskissen, (Rollstuhlpumpe, Gehstockspitz/Gummi, Bidon)
- Reiseversicherung und Leistung prüfen (REGA/ TCS), bei Bedarf abschliessen.
  Tipp: genau prüfen vor Abschluss ob bei Reiseabbruch die Begleitperson mitversichert ist
  Tipp: Achtung, das bestehende Krankheit nicht ausgeschlossen ist
- Ausweise, kurzer Arztbericht in Englisch und/ oder der Landessprache
- Therapiepass und Materialbestätigung von Arzt unterschreiben
- Medikamentenbeglaubigung oder Apostille nötig? Einholen für die Einfuhr der Medikamente
- Medizinische Versorgung bei Notfall im Land klären
- Neurologischer Support von zu Hause aus, Vereinbarung mit Neurologin treffen
- Toiletten Eurokey-Land, Schlüssel organisieren
- Visum beantragen
- Adresse von CH Botschaft und MS Gesellschaft im Reiseland
- Dokumente, Kopie/Fotos z.B. im Mail, Cloud, Mobile speichern
- Adapter (Injektionsautomaten Akku laden)
- Anmelden der Hilfe am Flughafen / Bahn
- Anmelden von Rollstuhl ect. Hilfsmittel bei der Reiseorganisation / Fluggesellschaft

Gepäck verteilen

Bei einer Reise mit einer Reisepartnerin einem Reisepartner können die Medikamente und Materialien in zwei Handgepäcke und die zwei Grossgepäcke aufgeteilt werden. Bei Verlust von Gepäck, ist die Chance grösser das nicht alles weg ist.

- Dokumententasche
- Handgepäck
- Grossgepäck
- Medikamente und Material ins Handgepäck, evtl. verteilen (Achtung Gewicht)

Reise

- Handliches Tagesgepäck, soviel wie nötig, so wenig wie möglich

Und nicht vergessen…
Freundlichkeit, Geduld, Respekt, Humor, Toleranz, Cleverness und auch Einfühlungsvermögen sind hilfreiche Begleiter auf der Reise!