

Att tänka på när du reser med hjärtbarn

Att resa är i princip inga problem om man har medfött hjärtfel, men om det skulle bli aktuellt att uppsöka sjukvården i det land man besöker så är det bra att vara förberedd genom att ha med sig information och fakta kring sitt eller sitt barns hjärtfel: vilken diagnosen är och namn och telefonnummer till sin läkare.

Eftersom ett och samma läkemedel kan ha olika namn i olika länder måste man också ta med sig namnet på den aktiva substansen i läkemedlet man tar, samt vilken dos man tar. Det är också en fördel om man skriver upp om dosen nyligen ändrats och liknande, sådant som kan vara viktigt för läkaren man träffar. Planerar man en längre resa, eller är osäker, bör man också råd göra med sin läkare, liksom det är värdefullt att i god tid innan resan fundera över vilken typ av resa det är fråga om, ska man resa som backpacker eller charterturista?

Ta reda på var närmaste sjukhus ligger. Idé kan vara att lära sig att säga "jag/mitt barn har medfött hjärtfel" på det lokala språket. Eller varför inte låta översätta informationen till det aktuella språket.

Funderingar kring att resa med pacemaker bör man ta upp med sin läkare.

Själva flygresan är sällan ett problem, däremot kan ett flygbyte ställa till problem för den med ett komplicerat hjärtfel. De kan vara en god idé att välja ett anslutande flyg som går först några timmar senare, på så sätt har man gott om tid att passera kontroller, eventuella bagageincheckningar och terminalbyten.

Det kan också vara en god idé att begära assistans på flygplatsen om man känner att man inte orkar gå långa sträckor och bära tungt bagage.

Det finns restriktioner för hur mycket vätska man får ta med sig ombord på ett plan i sitt handbagage. Mindre än 100 ml är ofta okej, men kontrollera med det aktuella flygbolaget vad som gäller, restriktionerna kan variera. Behöver man ta ombord medicinsk utrustning är det bra med ett intyg från sin läkare. Utrustningen får inte heller vara större än ett vanligt handbagage.

När det gäller valet av resmål bör man dock vara uppmärksam: har man svårt att syresätta sitt blod kan höga höjder (ungefär över 1 500 meter över havet) vara ett problem. Förutom att det är obehagligt och ansträngande finns en risk att få ödem.

Likaledes kan det om man har lätt för att bli uttorkad, undvika väldigt heta platser. Skulle man få vätskebrist måste man uppsöka sjukhus för att få vätska. Packa inte medicinsk utrustning i det bagage som checkas in, det kan skadas under transporten. En del utrustning, som blodmätningmaskiner och dess mätstrippar, klarar inte heller av kylan i lastrummet.

Blir man lätt nedkyld bör man också undvika kyliga platser.



Ska medicinerna stå kallt, bör man välja ett boende med kylskåp, blir man själv eller barnet trött och behöver vila, kan man välja ett boende som ligger nära utflyktsmålen.

Eu-medborgare på resa i ett Eu-land eller Schweiz ska ha med sig sitt sjukförsäkringskort (European Health Insurance Card) som berättigar till rabatterad sjukvård. Ett sådant kort är gratis och beställs via ditt lands försäkringskassa. Har man inte kortet med sig kan läkarbesöket bli dyrt. Kortet ersätter dock ingen försäkring.

Utöver detta har vissa länder avtal sinsemellan om sjukhusvård.

Planerar man att resa till ett land utanför Eu kan det vara värdefullt att i förväg ta reda på hur sjukvårdssystemet är uppbyggt i det aktuella landet. Likaledes är det viktigt att innan resan ta reda på vilka vaccinationer som är aktuella.

När det kommer till försäkringar så se till att den du har gäller, eller leta efter den fördelaktigaste försäkringen. Tveka inte inför att ställa många frågor till försäkringsbolagen och läs deras policys noggrant. Att inte ha en sjukvårdsförsäkring kan bli dyrt. Tillexempel kostar en intensivvårdplats i USA cirka 4 000 Euro per dygn och ett ambulansflyg från Asien kan kosta 100 000 Euro.

En vanlig reseförsäkring räcker 45 dagar, sedan behöver man göra tillägg. Den oförsäkrade får stå för hela kostnaden själv.

Tänk på att sjukförsäkringen bara gäller den som blir sjuk och inte hela resällskapet. Om en i sällskapet missar en flight på grund av att han eller hon lagts in på sjukhus är det den sjukes resa som ersätts, inte hela sällskapet. Det kan

finnas undantag, hör efter hos det aktuella försäkringsbolaget.

Olika länders ambassader har olika skyldighet mot sina medborgare. Hos ambassaden kan man till exempel få råd och hjälp att till exempel hitta en tolk och liknande. Finns inte det egna landets ambassad i ett land går det bra att vända sig till ett annat eu-lands ambassad.

Om man blir sjuk utomlands och måste uppsöka sjukhus är det viktigt att få ett läkarintyg redan första dagen, gärna ett där ordinationen, som till exempel sängläge, tydligt skrivs. Spar också alla kvitton.

Viktiga telefonnummer:

SOS international +45 70 10 50 50

Euro-Alarm +45 70 10 90 50

**Nordic International Assistance
+ 45 70 20 21 21**

Källa: Childrens Heart Federation, Hjärtebarnsföreningen, Konsumenternas försäkringsbyrå, Open Hearts 2004, överläkare Peter Eriksson, Guchmottagningen Drottning Silvias barn- och ungdomssjukhus, Göteborg.

