
Lista di controllo «Prima di partire»

Destinazione

- Consultazione tempestiva con lo specialista in trapianti (almeno 3 mesi prima).
- Valutazione degli appuntamenti per i controlli di routine.
- Consulenza sul viaggio presso il centro per la medicina di viaggio (facoltativo, a seconda della destinazione).
- Definizione di una visita di controllo con il proprio medico al rientro dal viaggio.

Assicurazioni

- Copertura assicurativa sufficiente per viaggi all'estero (cassa malattia, assicurazione per annullamento).
- Assicurazione per il trasporto di rientro in caso di emergenza.

Documenti di viaggio e documenti medici

- Passaporto valido, visto (se necessario).
- Lettera doganale: certificato per il trasporto dei medicinali per tutti i medicinali.
- Passaporto sanitario con importanti dati di contatto da portare nel portamonete.
- Lista diagnosi (in inglese)/valori attuali degli esami di laboratorio.
- Piano terapeutico.
- Tesserino internazionale delle vaccinazioni aggiornato.
- Tessera delle allergie.
- Medico di riferimento nel paese di destinazione (servizio 24 h).
- Copie di tutti i documenti personali (biglietti di viaggio, passaporto, assicurazione sanitaria, documenti dell'assicurazione, carte di credito, ecc.) e di tutti i documenti medici attuali.

Terapia permanente

- Valutazione della differenza di fuso orario – chiedi al Suo specialista in trapianti se dovrà tener conto della differenza di fuso orario per l'assunzione dei Suoi medicinali.
- Trasporto dei medicinali per la terapia permanente: quantità per almeno 7 giorni nel bagaglio a mano, il resto in valigia.

Farmacia da viaggio e kit di pronto soccorso

- Altri medicinali, medicinali di pronto soccorso e farmacia da viaggio (in accordo con il Suo medico).
- Profilassi antitrombotica (concordata con il Suo medico).
- Termometro per misurare la febbre.
- Profilatitici.

Vaccinazioni

- Controllare lo stato delle vaccinazioni, aggiornamento delle vaccinazioni e profilassi delle infezioni (in accordo con il Suo medico) – almeno 3 mesi prima di iniziare il viaggio!

Protezione solare

- Crema solare con alto fattore di protezione (FPS 50).
- Copricapo e indumenti lunghi con protezione UV.
- Occhiali da sole.

Protezione contro gli insetti

- Repellenti per insetti da applicare sulla cute e sui tessuti.
- Indumenti a maniche lunghe, pantaloni lunghi.
- Zanzariera.

Igiene

- Disinfettante per le mani (non più di 100 ml nel bagaglio a mano!).
 - Eventualmente mascherina (concordata con il Suo medico).
-

Lista di controllo «In viaggio»

Comportamento e misure precauzionali durante il viaggio

- Riferisca alla guida turistica che Lei è stato sottoposto a trapianto d'organo.
 - Anche durante il viaggio continui ad assumere regolarmente e senza interruzioni i Suoi medicinali.
 - Porti sempre con sé il libretto sanitario.
 - Suddivida i Suoi medicinali in più bagagli e porti sempre con sé una riserva d'emergenza (per almeno 7 giorni).
 - Apprenda il comportamento e le misure di emergenza necessarie in caso di comparsa di sintomi fisici e problemi medici durante il viaggio. Anche il Suo accompagnatore dovrebbe essere informato.
 - Presti attenzione alla qualità della Sua alimentazione e si assicuri di bere a sufficienza.
 - Osservi le norme di sicurezza quando fa il bagno, nuota e si immerge.
 - Eviti l'esposizione solare diretta tra le 11 e le 15.
 - Utilizzi una crema solare con un fattore di protezione 50.
 - Non dimentichi di lavare e disinfettare regolarmente le mani!
 - Disinfetti con cura e tenga sotto osservazione anche le piccole ferite.
In caso di ferite più importanti si rivolga sempre a un medico.
 - Eviti il contatti con animali.
 - Consulti sempre un medico in caso di morsi di animali.
 - Conservi i Suoi medicinali come indicato nell'Informazione destinata ai pazienti: in un luogo lontano dalla luce, asciutto, fresco e nella confezione originale.
 - Se dovesse perdere i Suoi medicinali, contatti immediatamente una farmacia, un medico o un Centro Trapianti sul posto.
 - Si protegga dalle punture di insetti con un repellente per insetti e/o una zanzariera.
-