

Reisen #trotzCED: Daran sollten Sie denken!*

Handout zum Online-Seminar „Crohn und Colitis: So gelingt eine gute Reise“

Vorbereitung

Check

Impfschutz vorab	<input type="checkbox"/>
Abschluss einer Auslandskrankenversicherung	<input type="checkbox"/>
Reise-Apotheke:	<input type="checkbox"/>
Verbandsmaterial	<input type="checkbox"/>
Pflaster	<input type="checkbox"/>
Fieberthermometer	<input type="checkbox"/>
Medikamente gegen Durchfall und Erbrechen	<input type="checkbox"/>
Medikamente gegen Schmerzen und Fieber	<input type="checkbox"/>
Einweg-Toilettensitz-Auflagen	<input type="checkbox"/>
Salbe / Gel für allergische Reaktionen, Insektenstiche, Sonnenbrand	<input type="checkbox"/>
Breitbandantibiotikum für akute Fälle	<input type="checkbox"/>
Medikamente für eventuellen Schub	<input type="checkbox"/>
Telefonnummer / E-Mail-Adresse Ihres behandelnden Arztes	<input type="checkbox"/>
Ausreichend Sonnenschutz einpacken	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

Während der Reise

Check

Lebensmittel:	
Keine lauwarmen oder rohen Speisen essen	<input type="checkbox"/>
Milch muss pasteurisiert werden	<input type="checkbox"/>
Eher frisch Zubereitetes essen, statt vom Buffet	<input type="checkbox"/>
Kein rohes, ungeschältes Obst und Gemüse sowie Salate	<input type="checkbox"/>
Verzicht auf Speiseeis und Eiswürfel	<input type="checkbox"/>
Wasser und andere Getränke nur aus original verschlossenen Flaschen/Dosen	<input type="checkbox"/>
Hygiene:	<input type="checkbox"/>
Händewaschen (so oft wie möglich mit Seife, immer nach der Toilette und vor der Essenszubereitung)	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

Nach der Reise

Check

Untersuchungen:

wenn Sie in ein moderat oder hoch endemisches Gebiet fahren: Untersuchung auf latente Tuberkulose	<input type="checkbox"/>
Wenn Sie nach der Rückkehr unter Durchfall leiden: auf bakterielle Infektionen, Eier und Parasiten untersuchen lassen	<input type="checkbox"/>
Wenn Sie in ein hoch endemisches Gebiet mit Strongyloidose (Zwergfadenwürmer)-Infektionsgefahr fahren: serologischer Bluttest	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

Weitere Punkte

Check

	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>

*Die Liste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit