

# Dit is hoe je vakanties voorbereid



## Checklist

- ☐ Gegevens van behandelcentrum in de buurt
- ☐ Behandelplan
- ☐ Douanebrief
- ☐ Voldoende medicijnen
- ☐ Medicijnen in handbagage
- ☐ Gegevens eigen behandelcentrum
- ☐ SOS bandje/ketting/kaart en medisch ID telefoon
- ☐ Koelpack

### Behandelcentra wereldwijd:

[www.wfh.org/find-local-support/](http://www.wfh.org/find-local-support/)



### Behandelcentra Europa:

[www.euhonet.org/centrelocator](http://www.euhonet.org/centrelocator)



# Dit is hoe je vakanties voorbereid

Ga je op vakantie? Loop deze checklist door om ervoor te zorgen dat je goed voorbereid bent.

- **Behandelcentrum in de buurt:** kijk van tevoren of er een behandelcentrum in de buurt is. De Europese behandelcentra vind je in de Centre Locator. Een lijst met behandelcentra wereldwijd vind je op de website van de World Federation of Haemophilia (WFH).
- **Behandelplan:** neem een kopie van het meest recente behandelplan mee.
- **Douanebrief:** ga je met het vliegtuig op vakantie? Check of je mogelijk een douanebrief nodig hebt in verband met het meenemen van je medicijnen en prikspullen. Soms is het behandelplan meteen ook een douanebrief.
- **Voldoende medicijnen:** heb je medicijnen nodig voor op reis of twijfel je over de hoeveelheid? Neem dan contact op met je behandelcentrum.
- **Medicijnen in handbagage:** neem medicijnen altijd mee in de handbagage. Mocht je koffer kwijtraken, dan heb je in elk geval je medicijnen bij de hand. Bovendien is het bagageruim in het vliegtuig te koud voor medicijnen.
- **Contactgegevens behandelcentrum:** zorg ervoor dat je de contactgegevens van je behandelcentrum bij je hebt, zodat je het behandelcentrum altijd kan bereiken als er tijdens de vakantie bijzonderheden zijn. Sla deze contactgegevens op in je telefoon.
- **SOS bandje/ketting/kaart en medisch ID telefoon:** heb je een SOS bandje, ketting of kaart? Neem deze dan mee op vakantie zodat mensen in de omgeving weten dat je een stollingsstoornis hebt, mocht er iets gebeuren. Ook kan je het medisch ID op je telefoon invullen.
- **Koelpack:** je kan ervoor kiezen om een koelpack mee te nemen, mocht er op vakantie een bloeding of ongeval zijn. De kou van de koelpack kan de pijn van een bloeding verlichten en zorgt ervoor dat je bloedvaten samen knijpen waardoor de bloeding soms ook al een beetje stopt.



## NVHP

De NVHP is de patiëntenvereniging voor iedereen met een erfelijke stollingsstoornis. Heb je vragen of wil je in contact komen? We helpen je graag verder!

Scan de QR-code of ga naar [www.nvhp.nl](http://www.nvhp.nl).

