

Reiseapotheke und Impfungen beim Myelompatienten

(Empfehlungen von OA Dr. Rainer Gattringer KH der Elisabethinen Linz)

Wichtige Fragen:

- **Wann darf ich wieder reisen ?**
Einschränkungen in den ersten 6 Monaten nach Therapieende
nach dem ersten Jahr – sofern keine Komplikationen – kann der
Reiseradius erweitert werden
- **Wohin?**
Länder mit gemäßigttem Klima und ausreichender hygienischer und
medizinischer Grundversorgung sind zu bevorzugen
z.B. Europa, Nordamerika
Im ersten Jahr tropische Regionen tabu (Malaria, Leishmaniose)
Hochrisikogebiete: Mittlerer Osten, Afrika, Südostasien, Südamerika

Allgemeine Massnahmen:

- **Nahrungs- und Trinkwasserhygiene** (waschen, schälen, kochen,
auch nur abgekochtes Wasser, keine Milch)
- **Vorsichtiger Umgang mit Tieren und Pflanzen, nicht barfuss
gehen**
- **Impfvorschriften, Impfpass**
- **Briefe mit Diagnosen und aktueller Medikation** (auch in
englischer Sprache!)
- **Rücksprache mit Versicherung**
- **Kontaktadressen** (Botschaft, nächstgelegenes Krankenhaus)
- **Medikamente im Heimatland besorgen**

Medikamente:

- **Dauermedikation** (z.B. Bestätigung für Opiate nicht vergessen)
- **Insektenschutzmittel, Sonnenschutz**
- **Thromboseprophylaxe** **1**
- **Verletzungen**: Verbandsmaterial, kleine Schere, Pflaster, Pinzette, antiseptische Lösung
- **Fieberhafte Allgemeininfekte**: Fieberthermometer!
 - **Antibiotika**: nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt
 - **symptomatische Therapie**: **2** Paracetamol (Mexalen)
- **Schmerzen und Fieber**: Paracetamol (Mexalen), Parkemed, **kein Aspirin!**
- **Allergien und Hautreaktionen**:
 - **Antihistaminika**: **3** z.B. Aeries, Fenestil Drg., evtl. Kortikoid
 - **topische Therapeutika**: **4** z.B. Fenestil Gel
- **Magen- und Darmerkrankungen**:
 - **Antibiotika**: Azithromycin (bei blutigem Durchfall)
 - **symptomatische Therapie**: Buscopan, Paspertin, Imodium

**Spezielle Beratung erhalten Sie in einem Institut für
Hygiene, Mikrobiologie und Tropenmedizin**

Legende:

1 Thromboseprophylaxe: einer Venenentzündung vorbeugen

2 Symptom: Kennzeichen einer Krankheit

3 Antihistaminikum: gegen eine bestimmte Allergie wirksames Medikament

4 topische Therapeutika: örtlich wirksame Medikamente