AOK RADIOSERVICE

AOK Die Gesundheitskasse. | BUNDESVERBAND

16. Juli 2014

Auf Reisen mit Herzerkrankung: Gut vorbereitet in den Urlaub

Anmoderation:

Können Patienten mit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung verreisen? In vielen Fällen ist das möglich. Worauf es dabei ankommt und wie sich Herz-Patienten gut vorbereiten, darüber berichtet Kristin Sporbeck.

Länge: 2.20 Minuten

Text: Urlaubszeit ist Reisezeit – da heißt es Koffer packen und los geht's. Für Menschen mit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung ist das nicht ganz so einfach. Grundsätzlich können sie verreisen – Voraussetzung ist jedoch, dass sie belastbar genug sind. Dr. Julian Bleek, Arzt im AOK-Bundesverband, erklärt:

Dr. Julian Bleek:

Am besten sollten sie einige Wochen vor dem Urlaub mit ihrem Arzt besprechen, ob sie reisefähig sind und was sie sich zumuten können. Wer erst vor Kurzem einen Herzinfarkt, eine Operation oder einen Eingriff am Herzen hatte, sollte seine Reisepläne allerdings besser für ein paar Wochen verschieben.

Text: Grundsätzlich sollten Herzpatienten ihr Reiseziel besonders sorgfältig auswählen. Vor allem sollten sie Extremsituationen vermeiden – wie extreme Hitze, schwere Bergtouren oder sehr lange Autofahren. Zur Reisevorbereitung gehört auch, den Impfschutz zu prüfen – speziell in Abhängigkeit vom Urlaubsziel. Sinnvoll kann auch eine Auslandsreisekrankenversicherung sein. Beim Packen sollten Herzpatienten ein paar zusätzliche Punkte beachten, so Bleek:

Dr. Julian Bleek:

Ins Gepäck gehören auf jeden Fall die verordneten Medikamente und die Krankenunterlagen – zum Beispiel der letzte Herzkatheterbefund – oder falls vorhanden ein Marcumar-

Ausweis oder Schrittmacherausweis. Herzpatienten sollten sich außerdem die Wirkstoffe ihrer Medikamente notieren, damit sie gegebenenfalls die Arzneimittel auch am Urlaubsort besorgen können. Außerdem ist es sinnvoll, vorab zu klären, welche Fachärzte und Kliniken es am Urlaubsort gibt und unter welchen Telefonnummern im Notfall ein Rettungswagen erreichbar ist.

Text: Bei einer Flugreise sollten Patienten ihre Krankenunterlagen griffbereit im Handgepäck haben. Das vermeidet Ärger am Flughafen.

Dr. Julian Bleek:

Träger eines Herzschrittmachers oder Defibrillators sollten dem Sicherheitspersonal ihre Ausweise dazu vorzeigen, denn die Geräte können den Alarm der Metallsuchanalage auslösen. Am besten ist es, zügig durch die Anlage durchzugehen. Anschließend sollten sich Defi-Träger nur von Hand abtasten lassen, da die handgeführten Metalldetektoren Einstellungen am Gerät beeinflussen können.

Text: Für Patienten mit einer Herzerkrankung bietet die AOK ein spezielles Behandlungsprogramm. Weitere Infos dazu gibt es im Internet auf aok-curaplan.de