



# Reisen mit einer Sauerstoff-Therapie

Eine Krankheit ist kein Grund, auf längere Reisen zu verzichten. Benötigen Sie für Ihre geplante Reise Sauerstoff? Die Lungenliga Thurgau unterstützt Sie in der Planung und Organisation Ihrer Sauerstoffversorgung während den Ferien.

## Gute Vorbereitung ist das A und O

Eine gelungene Reise beginnt mit einer sorgfältigen Vorbereitung. Überlegen Sie sich, wohin Sie reisen möchten, mit welchem Verkehrsmittel, zu welcher Jahreszeit und mit was für einem Sauerstoffgerät. Klären Sie genau ab, was es alles dazu braucht. Halten Sie zuerst Rücksprache mit Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin sowie mit der Lungenliga Thurgau.

## Termin bei der Lungenliga Thurgau

### Wann?

Sobald Sie anfangen eine Reise zu planen.

### Warum?

Damit bei Bedarf ein Fernergerät organisiert werden kann wie z.B. einen mobilen Sauerstoff-Konzentrator. Von uns erhalten Sie für Ihr Gerät auch die notwendige Zollbestätigung.

### Melden Sie sich frühzeitig bei uns:

E-Mail: [info@lungenliga-tg.ch](mailto:info@lungenliga-tg.ch)

Telefon: 071 626 98 98

## Arzt-Termin

### Wann?

Sobald Sie anfangen eine Reise zu planen.

### Warum?

Damit Sie alles mit Ihrem Arzt frühzeitig besprechen können und allfällige Formulare für Flugreisen ausgefüllt werden können.

### Was muss ich abklären?

Empfiehl mir mein Arzt diese Reise aufgrund meiner Erkrankung? Das betrifft vor allem Flugreisen, aber auch Ausflüge in die Berge oder in Städte mit hoher Luftverschmutzung. Ebenfalls kann das Klima einen Einfluss auf die Atmung haben.

Ist eine Anpassung der Medikamente oder der Sauerstoffdosierung nötig für den Flug, die Reise oder den Zielort?

Benötige ich für mein Reiseziel eine Bescheinigung für meine Medikamente?

## Packliste Handgepäck:

Dokumente von der Lungenliga:

- Zollbestätigung
- Geräte-Handbuch

Ärztliche Dokumente:

- Ärztliches Attest für Medikamente (Englisch)
- Ärztliches Attest für Sauerstoffgeräte (Englisch)

Weiteres:

- Akkus für das Sauerstoffgerät (zusätzliche Akkus sind bei der Lungenliga erhältlich)
- Reiseapotheke mit (Notfall-) Medikamenten
- Liste mit Notfallnummern

Reservemedikamente sollten für Unvorhergesehenes und für einen allenfalls längeren Aufenthalt mitgenommen werden.

➔ Medikamente gehören ins Handgepäck.



# ICH REISE MIT...



## ... DEM FLUGZEUG

Die Fluggesellschaft entscheidet, ob Sie mit Ihrem Sauerstoffgerät und mit Ihrem aktuellen Gesundheitszustand befördert werden können. Deshalb sind eine frühzeitige Abklärung und Organisation mit der Fluggesellschaft unerlässlich.



**Bitte beachten Sie: Mit Druckgas oder einem gefüllten, portablen Flüssigsauerstoffbehälter dürfen Sie nicht fliegen.**

### Was muss ich mit der Fluggesellschaft abklären?

- Ist es möglich mit Sauerstoff zu fliegen?
- Kann ich mit meinem eigenen Sauerstoffsystem fliegen oder braucht es noch eine Umstellung auf ein anderes System?
- Stellt die Fluggesellschaft auf dem Flug Sauerstoff zur Verfügung? Wenn ja, zu welchen Kosten?
- Welche Formulare braucht es?
- Von wem und bis wann müssen die Formulare ausgefüllt sein?
- Haben Sie Flüssigsauerstoff? Bei diesem Sauerstoffsystem gibt es vieles zu beachten und zu organisieren. Erfahren Sie mehr dazu auf der folgenden Seite.
- Bei einem elektrischen Sauerstoffsystem müssen Sie die Fluggesellschaft über den Gerätetyp und die Anzahl mitgeführter Akkus informieren.

### Meine Checkliste

- Hin- und Rücktransport organisieren
- Direktflüge buchen und genügend Reservezeiten einplanen
- Brauche ich eine persönliche Flugbegleitung?
- Wie lange reicht mein Sauerstoff aus? Berechnung inkl. Reise- und Wartezeiten - Diese Information erhalten Sie bei der Lungenliga Thurgau.
- Versichern Sie sich, dass die Sauerstoff- und medizinische Versorgung am Zielort gewährleistet ist.

**Buchen Sie Ihren Flug erst, wenn alles geklärt ist und Sie eine schriftliche Zusage von der Fluggesellschaft haben.**



## ... AUTO, ZUG, BUS, BERGBAHNEN

- Bei Reisen mit Höhenunterschieden besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt. Allenfalls ist eine Anpassung von der Sauerstoffdosierung nötig.
- Sowohl die Grossen als auch die kleinen Sauerstoffgeräte müssen auf der Fahrt gut gesichert sein und dürfen der Sonne nicht ausgesetzt werden. Nehmen Sie das Gerät immer aus dem parkenden Auto heraus.
- In der ganzen Schweiz können Sie kostenlos Ihr portables Gerät, an sogenannten Sauerstoff-Tankstellen, auffüllen. Mehr Informationen zu den zentralen Standorten erhalten sie unter: [www.lungenliga.ch/tankstellen](http://www.lungenliga.ch/tankstellen). Klären Sie vor Abreise ab, ob es eine auf Ihrer Route hat und ob Sie zu dem Zeitpunkt, wo Sie unterwegs sind, auch geöffnet ist.
- Das SBB Call Center Handicap organisiert Hilfestellung für das Ein- und Aussteigen während Ihrer Zugreise.



## ... DEM SCHIFF

### Was muss ich abklären?

- Hat es einen Arzt bzw. eine Ärztin auf dem Schiff?

### Mit Flüssigsauerstoff:

- Ist dieses System auf dem Schiff erlaubt?
- Beim Gas-Lieferanten informieren, ob die Lieferungen am Abfahrtsort und bei allfälligen Zwischenstopps sowie am Zielort gewährleistet ist.

**Denken Sie daran eine Reiseversicherung abzuschliessen.**

## GENERELL GILT FÜR ALLE TRANSPORTMITTEL

- Halten Sie die Zollpapiere von der Lungenliga und alle gewünschten Unterlagen, welche das jeweilige Transportunternehmen braucht, zur Verfügung.
- Versichern Sie sich, dass die Sauerstoff- und medizinische Versorgung am Ferienort gewährleistet ist.
- Halten Sie die Notfallnummern am Zielort, von Ihrem Hausarzt und der Lungenliga Thurgau im Handgepäck bereit.
- Klären Sie vor der Buchung mit dem Reiseveranstalter ab, ob Ihre Sauerstoffquellen erlaubt sind oder ob es beim gewählten Transportunternehmen, Bestimmungen für das Mitführen von Sauerstoff gibt.

### Druckgas:

- Druckgas eignet sich für den sporadischen Gebrauch und deswegen nur sehr bedingt zur Mitnahme. Wir beraten Sie gerne über Alternativen.

### Sauerstoffkonzentrator:

- Bei einem Sauerstoffkonzentrator müssen Sie das Transportunternehmen über den Gerätetyp und die Anzahl mitgeführter Akkus vom portablen Sauerstoffkonzentrator informieren und alle vor der Abreise aufladen. Bei mehreren Akkus braucht es evtl. ein zusätzliches Ladegerät.
- Nehmen Sie genügend Akkus für die An- und Rückreise sowie für die Ausflüge mit.
- Erkundigen Sie sich vorgängig über die Stromversorgung am Reiseziel und nehmen Sie allenfalls einen passenden Adapter / Stecker für das Land mit.

### Flüssigsauerstoff:

- Klären Sie direkt mit dem Lieferanten ab, ob an Ihrem Ferienort auch Flüssigsauerstoff geliefert werden kann. In der Schweiz liefert der Lieferant innerhalb 1-2 Wochen. Reisen Sie ins Ausland? Planen Sie dies frühzeitig, sicher ein Monat vorher. Der Lieferant arbeitet in anderen Ländern mit speziellen Lieferanten zusammen. Erkundigen Sie sich über die zusätzlichen Kosten. Der Lieferant muss auch prüfen, ob Ihr Portables-Gerät mit dem Tank am Ferienort kompatibel ist.
- Je nach Reiseart kann zusätzlich ein Feriengerät beim Lieferanten für die Reise an den Ferienort gemietet werden. Die Lungenliga hilft Ihnen gerne bei der Organisation. Melden Sie sich frühzeitig dafür.



Prüfen Sie auch das Ferienangebot „Luftholtage“ von der **Lungenliga Schweiz**. Auf den organisierten Gruppenreisen der Lungenliga im In- und Ausland ist immer eine medizinische Fachperson in der Nähe.  
[Mehr Informationen unter www.lungenliga.ch](http://www.lungenliga.ch)

MEHR LUFT  
FÜRS LEBEN



LUNGENLIGA THURGAU



# MEINE PACKLISTE

- Zollbestätigung
- Geräte-Handbuch
- Ärztliches Attest für Medikamente und Sauerstoffgeräte (Englisch)
- Akkus für das Sauerstoffgerät
- Reiseapotheke mit (Notfall-) Medikamenten
- Liste mit Notfallnummern
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

**Zum Abschneiden  
für Ihr Handgepäck**

**MEINE NOTFALLNUMMERN**  
Lungenliga Thurgau: +41 71 626 98 98  
Hausarzt: .....  
Pneumologe:.....  
.....  
.....