

Reisen bei Schmerzmitteleinnahme

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Bescheinigungen bei Auslandsreisen](#)
- [3. Gefahr Durchfall](#)
- [4. Tipps für eine erholsame Reise](#)
- [5. Behindertenreisen](#)
- [6. Verwandte Links](#)

1. Das Wichtigste in Kürze

Wer regelmäßig Schmerzmittel einnimmt, muss bei Auslandsreisen folgende Aspekte vorher beachten:

- Medizinische Notwendigkeit nachweisbar machen - mit Beipackzettel, Attest, Bescheinigungen etc.
- Informationen übersetzen lassen.
- Mengenlimitierung beachten.
- Zeitverschiebung, veränderte Klimabedingungen und Komplikationen (Durchfall, Erbrechen) mit einkalkulieren.
- Rechtzeitig planen.

2. Bescheinigungen bei Auslandsreisen

Schmerz- und Betäubungsmittel können bei der Einreise in andere Länder beschlagnahmt werden. Patienten, die auf diese Medikamente angewiesen sind, müssen deshalb den **Beipackzettel** sowie - in nicht- deutschsprachigen Ländern auf englisch übersetzt - ein **ärztliches Attest** vorweisen können, das erklärt, dass der Patient das Medikament auf ärztliche Verordnung einnehmen muss und es dazu dient, ihn während des Aufenthaltes gesund zu erhalten. Es wird empfohlen, diese ärztliche Erklärung von der Gesundheitsbehörde des jeweiligen Bundeslandes **beglaubigen** zu lassen.

Der Patient darf die **Menge** an Schmerzmitteln mit sich führen, die er wegen seines Gesundheitsproblems für die Zeit des Aufenthaltes benötigt. Bei der Zollerklärung müssen diese Medikamente angegeben werden. Es ist ratsam bei der zuständigen Botschaft in Deutschland die **genauen Richtlinien** des jeweiligen Landes zu erfragen.

Die "Bescheinigung für das Mitführen von **Betäubungsmitteln** im Rahmen einer ärztlichen Behandlung bei Auslandsreisen" kann beim Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) unter www.bfarm.de > **Betäubungsmittel > Formulare** heruntergeladen werden.

Zudem sollten Patienten, die auf Opiode angewiesen sind, immer ihren **Opioid- Ausweis** mit sich führen.

3. Gefahr Durchfall

In manchen Reiseländern ist die Gefahr relativ hoch, durch **ungewohnte Speisen oder verunreinigtes Trinkwasser** Durchfall zu bekommen. Manchen Reisenden wird auch bei Flügen oder Seereisen übel, so dass sie sich übergeben müssen. Bei Durchfall oder Erbrechen können oral zugeführte Schmerzmittel eventuell nicht mehr ausreichend wirken. Eine Möglichkeit, die Unterversorgung des Patienten zu vermeiden, sind **Opioide**, die über ein Pflaster durch die Haut aufgenommen werden.

4. Tipps für eine erholsame Reise

Reise möglichst stressfrei planen, z.B. Hilfe eines Reisebüros in Anspruch nehmen, Gepäck vorab einchecken, damit der Schmerzkranken nicht lange in der Schlange stehen muss, ausreichend Pausen einplanen.

- Eventuell muss die medikamentöse Therapie **höher dosiert** werden als zu Hause, weil
 - die An- und Abreise für viele Patienten besonders belastend ist (z.B. langes, unbequemes Sitzen im Flugzeug).
 - im Urlaub oft ein Teil des Therapiespektrums wie Akupunktur, Physio- oder Psychotherapie wegfällt.
- Wenn der Patient zu Hause ein **Analgetikum in oraler Form** einnimmt, sollte er für den Urlaub zusätzlich Schmerzmedikamente wie Pflaster, Spritzen, Nasensprays etc. verordnet bekommen, weil Tabletten aufgrund von Erbrechen nicht wirken könnten.
- Für **Migräne-Patienten** kann der **Jetlag** problematisch werden. Deshalb sollte auch im Urlaub der normale Tagesrhythmus eingehalten werden. Eventuell ist Melatonin empfehlenswert. Näheres unter **Migräne**.
- **Opioid-Patienten** sollten sich bei **Zeitverschiebung** sofort auf den Tagesrhythmus vor Ort einstellen und Übergangsprobleme mit niedriger dosierten Präparaten, z.B. Tropfen überbrücken.
- Die Anwendung von **Schmerzplastern** kann in heißen Ländern problematisch werden, da schweißfeuchte Haut eine höhere Dosis aus dem Pflaster schwemmt. Eventuell auf niedriger dosierte Pflaster ausweichen.
- Patienten, die **TENS-Geräte** benutzen, kommen in heißen Ländern mit einer geringeren Stromintensität aus als zu Hause, da schweißfeuchte Haut besser leitet als trockene. Am Flughafen gibt es keine Probleme mit dem Gerät, wenn der Patient die Gebrauchsanweisung vorlegen kann.

5. Behindertenreisen

Unter Umständen ist es stressfreier und erholsamer, die Reise von einem - mit den Belangen Behinderter vertrauten - Reiseveranstalter organisieren zu lassen oder sich einer entsprechenden Reisegruppe anzuschließen. Dies ermöglicht auch schwerbehinderten Menschen eine Reise ins Ausland.

Veranstalter und Anbieter von Behindertenreisen erhalten Sie

- beim örtlichen Reisebüro oder
- bei **Adressen von Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen mit dem Suchwort "Behindertenreisen"**

6. Verwandte Links

Urlaub bei chronischen und schweren Krankheiten

Betäubungsmittel

Chronische Schmerzen

Migräne

Migräne > Urlaub und Sport

Chronische Schmerzen > Freizeit Sport Urlaub

Letzte Aktualisierung am 03.03.2010 Redakteur/ in: Sabine Bayer

© 2010 [beta Institut](#) gemeinnützige GmbH | [Kontakt](#) | [Impressum](#)