

## Checkliste „Vor der Reise“ für chronisch und schwer kranke Menschen

- Reise frühzeitig mit dem behandelnden Arzt besprechen, besonders bei Fernreisen, Zeitverschiebung, Hitze, Kälte, Höhenlagen oder instabiler Erkrankung.
- Impfstatus prüfen lassen und klären, ob Reiseimpfungen oder besondere Infektionsschutzmaßnahmen nötig sind.
- Ausreichend Medikamente einpacken, möglichst mit Reserve für ungeplante Verzögerungen.
- Medikamente auf mehrere Gepäckstücke verteilen und wichtige (Notfall-)Medikamente im Handgepäck mitnehmen.
- Lagerung der Medikamente beachten, z.B. Schutz vor Hitze, Kälte oder Feuchtigkeit.
- Ärztliche Atteste und Medikamentenplan mitnehmen, möglichst auf Englisch oder in der Landessprache.
- Bei Betäubungsmitteln oder starken Schmerzmitteln rechtzeitig besondere Bescheinigungen organisieren, da je nach Reiseland spezielle Vorschriften gelten.
- Medizinische Versorgung am Urlaubsort prüfen, z.B. Ärzte, Krankenhäuser, Notdienste und Apotheken in der Nähe der Unterkunft.
- Wichtige Notfallkontakte notieren, z.B. behandelnde Ärzte zu Hause, Klinik, Angehörige und Versicherung.
- Krankenversicherungsschutz prüfen und bei Auslandsreisen klären, ob eine zusätzliche Auslandsreisekrankenversicherung nötig ist.
- Europäische Krankenversicherungskarte mitnehmen, wenn die Reise in ein EU-Land oder ein weiteres Land geht, in dem sie gilt.
- Reiseapotheke anpassen, z.B. mit Mitteln gegen Schmerzen, Fieber, Durchfall, Übelkeit, kleinen Verletzungen sowie individuell notwendigen Notfallmedikamenten.
- Hilfsmittel und Mobilitätsbedarf rechtzeitig organisieren, z.B. Rollstuhl, Sauerstoff, Kühlbox oder medizinisches Zubehör.

**betanet**

Weitere Informationen rund um Krankheiten und chronische Schmerzen finden Sie stetig aktualisiert unter [www.betanet.de](http://www.betanet.de).

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH