



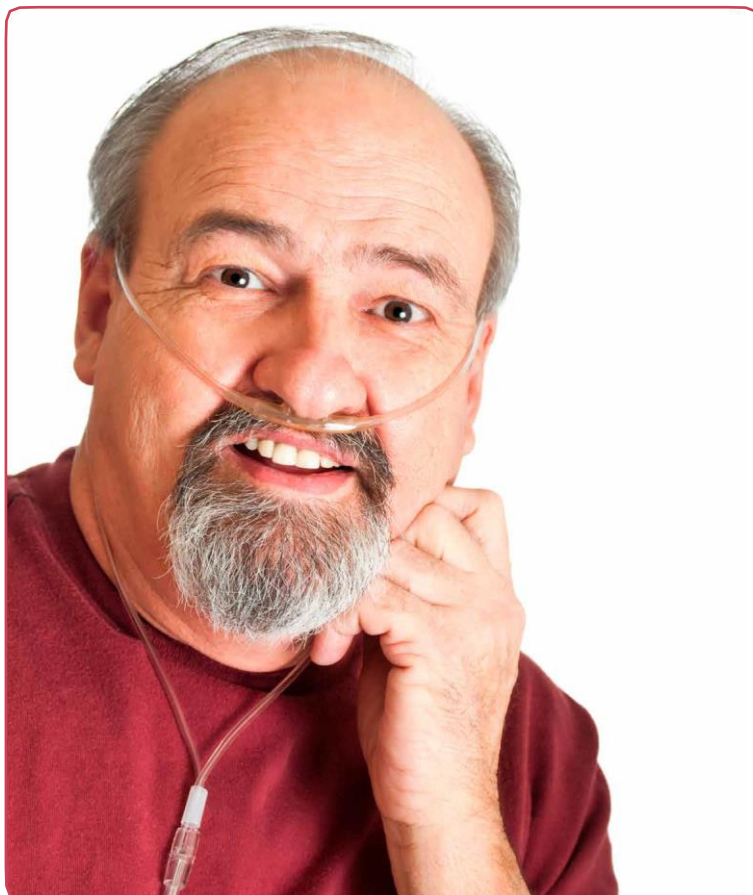
Reizen met zuurstof

informatie voor patiënten

INLEIDING	3
REIZEN MET DE AUTO, BUS, TREIN OF EEN CRUISESCHIP	5
REIZEN MET HET VLIEGTUIG	6
Raadpleeg uw longarts	
Selecteer een aangepaste vliegtuigmaatschappij	
Neem contact op met uw ziekenfonds of zuurstofleverancier	
Overweeg bijzondere bijstand op de luchthaven	
Praktische tips	
Belangrijke aandachtspunten	
NUTTIGE CONTACTGEGEVENS	15

Een longziekte hebben mag geen reden zijn om niet te reizen. Met zuurstof kunt u ook een uitstapje doen, familie en vrienden bezoeken of zelfs een verre reis maken. Een goede planning is echter noodzakelijk, vooral bij een vliegtuigreis.

Deze brochure informeert u over de te volgen stappen en biedt praktische tips en aandachtspunten om u te helpen bij de voorbereiding.



REIZEN MET DE AUTO, BUS, TREIN OF EEN CRUISESCHIP

✓ **Gasflessen:** kunnen liggend of staand vervoerd worden. Maak ze goed vast zodat ze niet kunnen omvallen of weggrollen. Voor korte verplaatsingen bestaan er kleinere gasflessen die in een draagtas of rugzak kunnen meegedragen worden.

- **Auto:** in overeenstemming met de regelgeving van het Belgisch Instituut voor de Verkeersveiligheid, is het toegestaan om een zuurstoffles voor eigen gebruik te vervoeren met een personenwagen. U dient er wel voor te zorgen dat er maximaal drie kleine flesjes worden vervoerd, die veilig vastgevoerd zijn.
- **Bus of trein:** zuurstofflessen mogen meegenomen worden, op voorwaarde dat ze rechtop kunnen blijven staan.
- **Cruise:** de meeste cruiseschepen verwelkomen mensen die zuurstof gebruiken. Het is wel steeds aangewezen om op voorhand contact op te nemen.



✓ **Vloeibare zuurstof:** de basiseenheid (ook indien leeg) mag niet zelf vervoerd worden in de auto, bus of trein. De draagbare eenheid kan wel meegenomen worden, maar moet altijd in verticale positie geplaatst worden om te voorkomen dat de zuurstof gaat lekken. De draagbare eenheid kan op het vakantieadres bijgevuld worden via de basiseenheid. Breng uw leverancier tijdig op de hoogte.



© Linde Healthcare Benelux

✓ **Concentrator:** mag vervoerd worden in de auto, bus, trein of boot. De vaste concentrator kan handig zijn wanneer u gedurende een bepaalde periode buitenshuis verblijft. Tijdens het transport kan gebruik gemaakt worden van een draagbaar gasflesje of een draagbare concentrator. Indien u met de auto reist, kan de draagbare concentrator gekoppeld worden aan de 12V-autolader zodat de batterijcapaciteit stabiel blijft.



Vaste zuurstofconcentrators. © Linde Healthcare Benelux



Draagbare zuurstofconcentrators. © Oxy cure

REIZEN MET HET VLIEGTUIG

De lucht in het vliegtuig bevat minder zuurstof dan de lucht die we op de grond inademen. Dat zorgt voor een lager zuurstofgehalte in het bloed. Wie geen longaandoening heeft, voelt hier niets van.

Indien u thuis zuurstof gebruikt, zult u ook tijdens een vliegtuigreis zuurstof nodig hebben. Ook longpatiënten die nog nooit zuurstof gebruikt hebben, kunnen het soms nodig hebben op het vliegtuig. Overleg dus eerst met de longarts als u een reis met het vliegtuig plant. In sommige gevallen zal de arts een ‘fit-to-flytest’ aanvragen.

Op het vliegtuig kan gebruik gemaakt worden van vloeibare zuurstof of van een draagbare concentrator. Een eigen gasfles meebrengen is niet toegestaan en wordt om veiligheidsredenen voorzien door de luchtvaartmaatschappij. U moet deze vooraf bestellen en betalen.

Indien u continu zuurstof gebruikt, zal de alarm- en zorgcentrale Mutas er voor zorgen dat er bij vertrek, tijdens een overstap of bij aankomst op uw bestemming zuurstof voorzien is.

Een goede planning is dus altijd noodzakelijk.

RAADPLEEG UW LONGARTS

Overleg uw reisbestemming en manier van reizen met uw arts. Deze zal – gelet op uw conditie en gezondheidstoestand – adviseren of dit haalbaar is.

- ✓ De longarts zal nagaan of een vliegreis verantwoord is aan de hand van de toestand van uw longaandoening, een bloedgasafname, een longfunctie en eventueel een fit-to-flytest.
- ✓ Uw arts stelt een Engelstalig document ('Oxygen prescription for air travel') op met volgende informatie:

- wanneer, waar en met welk debiet de zuurstof moet gebruikt worden
- het debiet tijdens de vlucht
- het maximale debiet
- de naam en contactgegevens van de arts bij onduidelijkheden of problemen
- eventuele extra informatie

The image shows a sample form titled "Oxygen prescription for air travel". At the top, there is a box labeled "Address". Below the title, there are several bullet points with fields for medical information:

- The use of supplemental oxygen is _____ L/min is required at all times. This includes the use of oxygen while in the airport terminal, during take-off and landing, and also while enroute above 10,000 feet cabin.
- The use of supplemental oxygen at _____ L/min is required only during flight.
- The patient (or caregiver) may adjust the oxygen flow setting to a maximum of _____ L/min, as needed during the flight to compensate for variance in symptoms, activity, or cabin pressure.
- The patient will be using a portable oxygen concentrator and will ensure that he/she is carrying an adequate supply of batteries.
- The patient (or caregiver) is able to see, hear and respond to portable oxygen concentrator alarms, as needed.
- Other information

At the bottom, there are two boxes: "Physician Name" and "Physician Signature".

Voorbeeld van het medisch attest voor zuurstof tijdens de vliegtuigreis.

Dit document dient u enkele weken voor uw geplande reis te overhandigen aan de luchtvaartmaatschappij en/of het reisagentschap. Zij kunnen eventueel bijkomende informatie bij uw longarts opvragen.

Zorg voor voldoende kopieën van het document: een exemplaar voor de luchtvaartmaatschappij en één of meerdere exemplaren (afhankelijk van het aantal overstappen) om mee te nemen tijdens de vlucht.

- Vraag ook voorschriften voor noodmedicatie zoals luchtwegverwijders, corticoïden en antibiotica.

SELECTEER EEN AANGEPASTE LUCHTVAARTMAATSCHAPPIJ

Luchtvaartmaatschappijen gebruiken heel uiteenlopende reglementeringen, diensten en kosten voor zuurstoftherapie tijdens de vliegreis. Daarnaast veranderen de reglementeringen voortdurend. Zorg er daarom voor dat u over de meest recente informatie beschikt.

Breng zo vroeg mogelijk uw luchtvaartmaatschappij en/of reisagentschap ervan op de hoogte dat u zuurstof gaat gebruiken tijdens de vlucht.

Wanneer u de luchtvaartmaatschappij(en) contacteert, is het belangrijk om de volgende vragen te stellen:

- ✗ Aanvaardt de luchtvaartmaatschappij passagiers die zuurstof nodig hebben tijdens de reis?
- ✗ Hoelang op voorhand moet ik de maatschappij verwittigen dat ik zuurstof nodig heb tijdens de vlucht?
- ✗ Welke documenten zijn vereist?
- ✗ Mag ik mijn draagbare eenheid gebruiken tijdens de vlucht?

U kunt overwegen om uw reis te boeken bij een reisbureau dat gespecialiseerd is in reizen voor patiënten met medische noden.

NEEM CONTACT OP MET UW ZIEKENFONDS OF ZUURSTOFLEVERANCIER

- ✓ Indien u continu zuurstof gebruikt en dus in de chronische zuurstofconventie bent opgenomen, neemt u contact op met Mutas (het vroegere Eurocross) of Mediphone Assist (Onafhankelijke Ziekenfondsen). Dat zijn allebei intermutualistische projecten die 24 uur op 24 en 7 dagen op 7 garant staan voor nationale en internationale dienstverlening. De reisbijstandsorganisaties nemen contact op met uw zuurstofleverancier en uw behandelende arts om zuurstof te regelen op de luchthaven, tijdens de vlucht en op uw vakantiebestemming. Dit alles valt onder de conventie en is dus kosteloos.
- ✓ Indien u enkel tijdens de vlucht zuurstof nodig heeft en niet thuis of op uw vakantiebestemming, dan moet u zelf de nodige stappen ondernemen om zuurstof op het vliegtuig te kunnen gebruiken. Er zijn twee mogelijkheden:

1. U neemt contact op met een zuurstofleverancier in België (zie lijst op pagina 15) en huurt een draagbare zuurstofconcentrator voor tijdens de vlucht. De zuurstoffirma geeft u de nodige uitleg rond correct gebruik en voorziet een batterij die 60 minuten bovenop uw vliegtijd werkt. Indien de vlucht door onvoorziene omstandigheden wat vertraagd is, zal de batterij toch een uur langer kunnen meegaan.

2. U (of het reisagentschap) neemt contact op met de luchtvaartmaatschappij en vraagt hen om gasflessen te voorzien tijdens de vlucht. Dat is gemakkelijker voor u, maar wel duurder en bovendien loopt u het risico dat de zuurstof per ongeluk vergeten wordt en uw reis geannuleerd moet worden.



OVERWEEG BIJZONDERE BIJSTAND OP DE LUCHT- HAVEN

Passagiers met beperkte mobiliteit die alleen reizen, kunnen een beroep doen op bijzondere bijstand voor verplaatsingen op de luchthaven. De dienst 'Special Assistance' zorgt er in dat geval voor dat de passagier met een rolstoel tot aan de gate wordt gebracht. De aanvraag dient wel ten laatste 48 uur voor het geplande vertrek doorgegeven te worden aan de luchtvaartmaatschappij (eventueel via de reisagent).

Wie zelf een opvouwbare of gemotoriseerde rolstoel meebrengt en gebruikt, wordt gevraagd dit aan de reisagent of luchtvaartmaatschappij te melden. Vraag daarbij na of er speciale regels of maatregelen van toepassing zijn. Dat geldt eveneens voor de luchthaven van bestemming.

PRAKTISCHE TIPS

- ◆ Probeer te reizen tijdens de kantooruren.
- ◆ Probeer zo veel mogelijk te reizen zonder overstappen omdat dit minder vermoeiend is. Vraag tijdig luchthaven-assistentie aan.
- ◆ Zorg dat er eventueel een rolstoel klaar staat bij overstappen en/of op uw vakantiebestemming.
- ◆ Reserveer eventueel een zitplaats dicht bij de sanitaire voorziening.
- ◆ Bezorg het toestemmingsformulier van de longarts zo snel mogelijk na de reservatie aan de vliegtuigmaatschappij, **ten laatste vier weken** voor het vertrek van de vlucht.

- ◆ Bel de luchtvaartmaatschappij tenminste 48 uur voor vertrek op om na te gaan of de nodige regelingen getroffen zijn indien ze zelf zuurstofgasflessen moeten voorzien. Doe dit ook bij de terugreis.

BELANGRIJKE AANDACHTSPUNTEN

Aandachtspunten voor de zuurstofvoorziening

Indien u continu zuurstof nodig heeft:

- ★ Zorg ervoor dat u steeds het Engelstalig attest (zie pagina 7) van de longarts bij u heeft.
- ★ Zorg dat er voldoende zuurstof wordt voorzien voor de inchecktijd, de vluchtreis, de aankomstperiode en mogelijke vertragingen. Voorzie daarnaast een extra hoeveelheid zuurstof voor minstens 60 minuten.
- ★ Vraag een adres en telefoonnummer waarop u indien nodig de zuurstofleverancier kunt contacteren op uw vakantiebestemming.
- ★ Voor dringende internationale bijstand kunt u een beroep doen op Mutas assistance of Mediphone Assist. Zij zijn dag en nacht bereikbaar.

Indien u enkel zuurstof nodig heeft tijdens de vlucht:

- ✓ Zorg ervoor dat u steeds het Engelstalig attest (zie pagina 7) van de longarts bij u heeft.
- ✓ Zorg dat er voldoende zuurstof kan voorzien worden voor de vlucht en mogelijke vertragingen. De batterij van de

draagbare zuurstofconcentrator moet een extra hoeveelheid zuurstof voor minstens 60 minuten kunnen voorzien. Indien de luchtvaartmaatschappij zelf zuurstof voorziet (in gasflessen), controleer dan de inhoud.

- ✓ Tijdens uw vakantie heeft u geen zuurstof nodig. Vergeet echter niet uw batterij op te laden alvorens de terugvlucht aan te vangen!
- ✓ Vraag een adres en telefoonnummer waarop u de zuurstofleverancier kunt contacteren bij eventuele problemen met de draagbare concentrator.

Aandachtspunten op de dag van vertrek

- ✓ Neem de nodige documenten mee: het toestemmingsformulier van uw longarts en voldoende voorschriften voor de zuurstoftherapie. Steek meerdere voorschriften op verschillende plaatsen in uw bagage, onder meer ook in uw handbagage, voor het geval dat uw bagage verloren gaat of gestolen wordt.
- ✓ Neem de nodige telefoonnummers mee: van uw huisarts, de longarts, de zuurstofleverancier, het reisagentschap en het ziekenhuis op uw vakantiebestemming (zie pagina 15).
- ✓ Neem een zuurstofbril of -masker, verlengleiding en indien nodig noodmedicatie mee in uw handbagage.
- ✓ Vergeet uw Mutas- of Mediphone Assistkaart voor dringende internationale bijstand niet. Denk voor reizen binnen Europa ook aan uw Europese ziekteverzekeringskaart.



- Neem noodmedicatie mee in uw handbagage.
- Zorg dat u minstens twee uur voor uw vertrek op de luchthaven bent of eventuele richtlijnen van de vliegtuigmaatschappij hierover opvolgt.
- Als u toch zuurstof nodig heeft tijdens een overstap onderweg en die niet voorzien is, neem dan contact op met de spoedgevallendienst van de luchthaven waar u zich op dat moment bevindt.

Aandachtspunten voor het vliegtuig opstijgt

- ★ Ga na of de batterij van de draagbare concentrator voldoende opgeladen is.
- ★ Ga na of de zuurstofcilinders gevuld zijn indien de luchtvaartmaatschappij zelf gasflessen voorzien heeft.
- ★ Ga na of de zuurstofuitrusting correct werkt.
- ★ Controleer of de debietmeter juist is ingesteld (voorgeschreven aantal liters per minuut).
- ★ Zorg dat u al uw medicijnen, inclusief puffs, bij de hand heeft.

Als u vragen of problemen heeft, verwittig dan onmiddellijk de steward(ess).

NUTTIGE CONTACTGEGEVENS

Zuurstoffirma's

- Oxycure tel. 081 22 15 90

- Vivisol tel. 068 27 06 40

- Oxysphair tel. 02 397 05 40

- Linde tel. 070 23 38 24

- Air Liquide tel. 02 255 96 00

Internationale medische bijstand

- Mutas tel. +32 (0)2 272 09 00

- Mediphone Assist tel. +32 (0)2 778 94 94

Huisarts

Naam_ Tel.

Longarts

Naam_ Tel.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door de werkgroep zuurstof van de Belgische Vereniging voor Pneumologie Verpleegkundigen (BVPV) in samenwerking met de dienst communicatie van UZ Leuven.