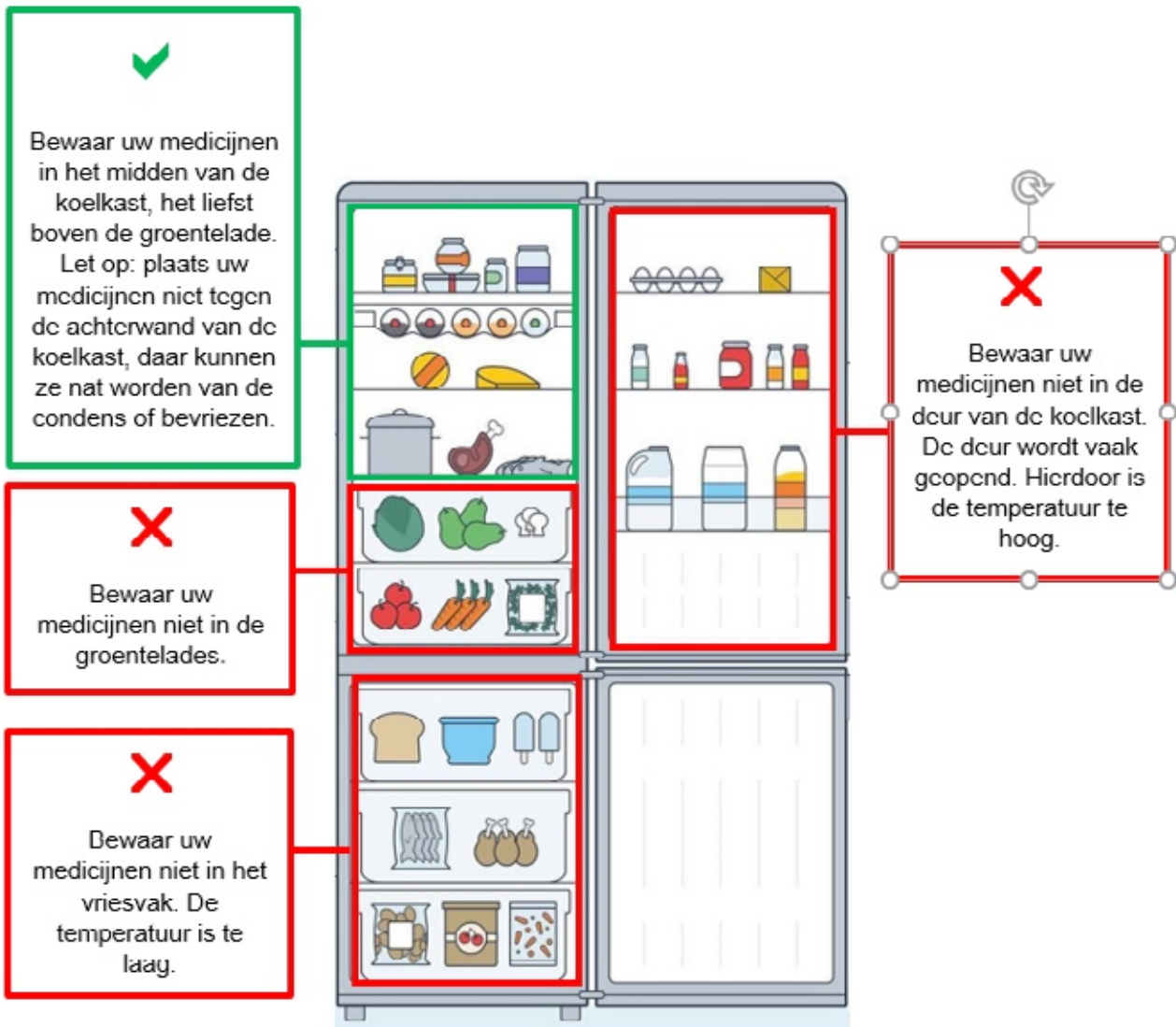




## Bewaar uw medicijnen op de juiste manier

Sommige medicijnen moeten in de koelkast worden bewaard. Dit kunt u zien op het etiket of de sticker op de verpakking van het medicijn. Bewaar deze medicijnen bij een temperatuur tussen de 2° tot 8° Celsius. De beste plek is in het midden van de koelkast, daar is de temperatuur het meest stabiel. Bewaar het medicijn altijd in de originele verpakking.

**Tip:** Gebruik een thermometer om de temperatuur op verschillende plekken in de koelkast te controleren.



# Op reis met medicijnen

U weet zeker dat u goed voorbereid op reis gaat met onderstaande tips.

## 1. *Neem voldoende medicijnen mee*

Zorg dat u altijd genoeg medicijnen meeneemt, liever iets meer dan dat u nodig heeft. Dit is handig, als u bijvoorbeeld vertraging heeft tijdens de reis. Dan hoeft u zich geen zorgen te maken om de voorraad. Vraag eventueel bij de apotheek extra voorraad aan.

## 2. *Neem de originele verpakking mee*

Neem uw medicijnen mee in de originele verpakking. Hier staan namelijk uw gegevens op en welke stoffen er in het medicijn zitten. Zo kunt u altijd laten zien dat het echt uw medicijnen zijn.

## 3. *Vraag een medicijnpaspoort aan*

Een medicijnpaspoort vraagt u aan bij de apotheek of huisarts. Dit is niet verplicht om mee te nemen, maar als u uw medicijnen bijvoorbeeld verliest, heeft u een handig overzicht van welke medicijnen u gebruikt. In het buitenland hebben medicijnen vaak een andere naam. Daarom staan de internationaal gebruikte stofnamen op dit paspoort. Moet u medicijnen aanvragen in het buitenland? U krijgt dan meestal een ander merk, maar het geneesmiddel bevat wel dezelfde werkzame stoffen.

## 4. *Doe uw medicijnen in de handbagage*

Neem uw medicijnen mee in de handbagage. Dan kunt u bij de douane aantonen dat het uw medicijnen zijn. Ook is het erg koud in het vliegtuig voor de bagage. Dit is niet goed voor medicijnen. Vloeibare medicijnen bevriezen en pillen bederven of verliezen hun werking.



## 5. Een Engelstalige medische verklaring aanvragen

De meeste medicijnen kunt u zonder problemen meenemen in het vliegtuig, maar voor bepaalde medicijnen heeft u een speciale verklaring nodig. Dit geldt voor medicijnen die onder de Opiumwet vallen. Hieronder vallen bijvoorbeeld kalmeringsmiddelen, sterke pijnstillers en slaapmiddelen. Weet u niet zeker of uw medicijn onder de Opiumwet valt? Vraag het aan de apotheeker.

### 5a. *Welke verklaringen zijn er en welke heeft u nodig?*

Wat voor Engelstalige medische verklaring u nodig heeft, is afhankelijk van uw bestemming. Voor de meeste landen binnen Europa heeft u een Schengenverklaring nodig. Gaat u verder reizen? Vraag dan een medicijnverklaring aan bij het CAK. De verklaring moet ook ondertekend worden door uw huisarts. Vraag de juiste verklaring op tijd aan, want soms duurt het wel 4 weken tot u deze binnen hebt.

## 6. *Neem maatregelen voor uw gekoelde medicijnen*

Neemt u gekoelde medicijnen mee op reis? Dan is het belangrijk dat uw medicijnen koel bewaard blijven in het vliegtuig én op uw bestemming. U kunt ze het best bewaren in een koeltasje met een koelelement. Belangrijk om medicatie niet direct in contact te laten komen met de koelelementen. Geef op tijd bij de vliegmaatschappij aan dat de medicijnen en koelelementen tijdens de vlucht in de koelkast moeten. Check uw vliegmaatschappij voor verdere informatie.

## 7. *Medicijnen zonder recept meenemen*

Wanneer u medicijnen gebruikt die niet op doktersrecept zijn, gelden er minder regels. Hier hoeft u geen verklaring voor aan te vragen. Neem ze wel mee in de handbagage. Vloeibare medicijnen zonder recept kunt u in een doorzichtige plastic zak meenemen, maar let op dat de vloeistof niet meer dan 100 ml is.

Heeft u vragen, overleg dan met uw apotheeker of kijk op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl).