

### **Richtige Medikamentenmitnahme auf Reisen**

Berlin, 11. Juli 2018 – Menschen, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, sollten bei ihrer Reiseplanung einige Vorkehrungen treffen. „Abhängig davon, wohin die Reise geht und welche Arzneimittel mitgeführt werden, sollten Urlauber wichtige Hinweise zu Transport, Lagerung und Einfuhr von Medikamenten ins Ausland beachten“, sagt Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg.

#### **Medikamente vor Hitze schützen**

Chronisch kranke Menschen sollten ihren Medikamentenbedarf für die Urlaubsdauer nicht zu knapp berechnen, falls unterwegs etwas verloren geht, unbrauchbar wird oder die Rückreise verschoben werden muss. Wer mit dem Auto verreist, sollte eine Kühlbox verwenden. Denn in der Sonne geparkt, wird es im Auto schnell bis zu 70 Grad Celsius heiß. Tabletten halten diesen Temperaturen kurzzeitig stand. Zäpfchen können aber schmelzen und empfindliche Medikamente, wie zum Beispiel Insuline, unbrauchbar werden. Asthmasprays geraten oberhalb von 50 Grad Celsius unter Druck und können dadurch Schaden nehmen. Wer in den Urlaub fliegt, sollte wichtige Medikamente zum Handgepäck nehmen und sicherheitshalber einen zweiten Satz der Medikamente im Koffer oder, falls möglich, vorab am Reiseziel deponieren.

#### **Nachweis für Spritzen und Betäubungsmittel erforderlich**

Wenn Medikamente gespritzt werden müssen, empfiehlt es sich, eine ärztliche Bescheinigung oder den Europäischen Notfallausweis mitzuführen. Flugreisende sollten rechtzeitig prüfen, ob und wie das Mitführen eines Spritzbestecks in der Kabine gestattet ist. Für Betäubungsmittel gelten Zollbestimmungen. Bei Reisen bis zu 30 Tagen innerhalb der Mitgliedsstaaten des Schengener Abkommens dürfen sämtliche verordnete Betäubungsmittel mitgeführt werden. Die Reisenden benötigen aber für jedes Medikament eine Bescheinigung, die vom Arzt ausgefüllt und vom Gesundheitsamt bestätigt wurde. Bei Reisen, die länger als 30 Tage dauern oder in Länder außerhalb des Schengener Abkommens gehen, empfiehlt die BARMER, eine englischsprachige Bescheinigung mitzuführen, die Angaben zur Dosis sowie zur Dauer des Aufenthaltes gibt.

**Landesvertretung**

**Berlin**

**Brandenburg**

Axel-Springer-Straße 44  
10969 Berlin

[www.barmer.de/p006131](http://www.barmer.de/p006131)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BB](https://www.twitter.com/BARMER_BB)

Markus Heckmann  
Tel.: 0800 332060 44 4006  
[markus.heckmann@barmer.de](mailto:markus.heckmann@barmer.de)